

СП «Детский сад №2 «Улыбка»» МБДОУ "Детский сад "Радуга" комбинированного вида"
 Утверждаю: _____ Заведующий Лобанова О.А.

Меню на 04.04.2025

Наименование блюда	Выход блюд (в гр.)		Пищевая ценность				Пищевая ценность		
	Ясли	Сад	Ясли				Сад		
			Белки	Жиры	Углевод ы	Эц (ккал)	Белки	Жиры	Углев оды
<u>1 завтрак</u>									
Каша геркулесовая молочная	140	160	5,76	9,65	25,71	212,9	7,69	12,87	34,28
Бутерброд с маслом	5/30	5/40	2,44	7,54	14,62	136,0	2,44	7,54	14,62
Кофейный напиток с молоком	180	200	2,34	2,0	10,63	70,0	2,85	2,41	14,36
<u>2ой завтрак</u>									
Яблоко свежее	100	100	0,74	0,74	18,13	81,4	0,8	0,8	19,6
<u>Обед</u>									
Суп картофельный на к/б со сметаной	150	180	1,4	1,69	9,98	60,75	1,87	2,26	13,3
Бефстроганов из мяса кур	50	70	2,5	12,41	3,96	189,0	20,63	16,30	5,24
Макароны отварные	130	150	3,84	0,54	20,76	103,4	4,61	0,65	24,91
Хлеб ржаной	40	50	3,20	2,08	27,64	145,6	4,0	2,6	34,35
Чай сладкий	180	200	0,06	0,02	9,99	40,0	0,06	0,02	9,99
<u>Полдник</u>									
Омлет натуральный	150	150	6,22	11,57	2,97	141,0	6,22	11,57	2,97
Салат	30	50	0,79	2,09	4,6	40,48	1,19	3,14	6,91
Хлеб пшеничный									
Компот из сухофруктов	30	40	2,01	0,21	15,09	72,0	2,68	0,28	20,12
	180	200	0,33	0,01	20,82	84,75	0,33	0,01	20,82
<u>Ужин</u>									
Кисломолочный продукт	180	200	3,38	5,67	68,4	4,35	3,75	6,3	76,0
Печенье	30	50	1,2	1,47	78,2	3,3	3,3	36,7	195,5