

Утверждено заведующим МБДОУ "Детский сад № 65"

МЕНЮ

28 мая 2025 г.

МБДОУ "Детский сад № 65"

Сад

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	
Завтрак							
15/4	Каша ячневая молочная с маслом слив	200,0	5,97	2,35	5,26	0,52	33,67
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	180,0	1,35	1,28	1,43	0,02	10,93
-	Батон	30,0	2,31	0,00	0,90	0,90	15,99
	Джем	15,0	0,07	0,00	0,00	0,00	10,78
Итого за 'Завтрак'			9,70	3,63	7,59	1,44	71,37
Обед							
4/2	Борщ с картофелем	180,0	1,57	0,11	3,94	3,79	12,42
4/8	Плов из мяса свинины	180,0	10,99	8,24	23,63	7,67	33,04
	Кисель Витошка	180,0	0,00	0,00	0,00	0,00	21,39
-	Хлеб пшеничный	30,0	1,98	0,00	0,20	0,20	14,07
-	Хлеб ржаной	30,0	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51
Итого за 'Обед'			16,52	8,35	28,12	12,02	93,42
Полдник							
48/1	Салат из отварного картофеля, моркови	100,0	1,42	0,00	6,11	6,11	10,61
-	Печенье	40,0	3,00	3,00	3,92	0,00	30,68
27/10	Чай (вариант 2)	180,0	0,07	0,00	0,02	0,02	9,44
Итого за 'Полдник'			4,49	3,00	10,05	6,13	50,73
Итого за день			30,72	14,98	45,76	19,58	215,53
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 3-7 лет)			37,80	0,00	42,00	0,00	182,70
Отклонение			-7,08	14,98	3,76	19,58	32,83
Содержание, % от калорийности			9,00		31,00		60,00

ЭЦ, ккал

201,10
59,85
80,86
41,27
383,08

87,40
387,53
87,68
67,17
58,01
687,79

100,92
168,90
36,25
306,08

1376,95
1260,00
116,95