

Меню для детей детского сада №42 «Кораблик»

19-23 мая 2025 года

Понедельник 19 мая

<u>Прием пищи</u>	Наименование блюда	Вес блюда (г) 3-7 лет	Энергетическая ценность (ккал) 3-7 лет
Завтрак	Каша пшеничная на сгущенном молоке с маслом сливочным	200	212,94
	Чай с сахаром	180	33,6
	Бутерброд с маслом	40/5	98,88
		425	345,42
2 завтрак	Сок в ассортименте	180	76
		180	76
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	180	131,13
	Котлета "Улыбка"	80	154,6
	Капуста тушеная	130	125,77
	Салат из горошка зеленого консервированного	40	40,7
	Компот из апельсинов	180	124,74
	Хлеб ржано-пшеничный	35	71,3
		645	648,24
Полдник	Манник	85	216,3
	Соус фруктовый	15	8,65
	Чай с лимоном	180	34,8
		280,00	259,75
Итого за день		1530	1329,41

Вторник 20 мая

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша жидкая пшеничная	180/5	156
	Бутерброд с сыром	30/15	104,25
	Кофейный напиток с молоком	180	90,5
		410	350,75
2 завтрак	Фрукты свежие	190	85,16
		190	85,16
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	180/8	130,7
	Икра свекольная	50	50,05
	Шницель рубленный	70	160,12
	Каша рисовая рассыпчатая	130	189,8
	Компот из свежих плодов (груш)	180	88,2
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
		655,5	690,17
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150	235,5
	Чай с сахаром	180	33,6
	Хлеб пшеничный	20	47,4
		350,00	316,50
Итого за день		1605,50	1442,58

Среда 21 мая

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	170/5	164,64
	Бутерброд с повидлом	37,5/13	123,26
	Чай с молоком	180	88,9
		405,5	376,80
2 завтрак	Фрукты свежие	120	114
		120	114
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	180	94,5
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	70	171,5
	Икра морковная	50	64,5
	Макаронные изделия отварные с маслом	130/1,5	134,42
	Компот из свежих яблок	180	87,84
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
		649	624,06
Полдник	Пирожок печеный с морковью и яйцом	75	165,0
	Напиток из шиповника	180	95
		255,00	260,00
Итого за день		1429,50	1374,86

Четверг 22 мая

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	130,68
	Бутерброд с маслом	37,5/5	93,5
	Какао с молоком	200	118,89
		422,5	343,07
2 завтрак	Йогурт питьевой фруктовый	150	88,5
		150	88,50
Обед	Огурец соленый	50	7
	Суп картофельный с рыбой	180	190,53
	Рыба отварная	80	64,0
	Рагу из овощей	150	178,61
	Компот из сушеных фруктов (изюма)	200	98
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
		697,5	609,44
Полдник	Сырники из творога	100	234
	Соус молочный сладкий	30	30,45
	Чай с сахаром	180	33,6
		310,00	298,05
Итого за день		1580,00	1339,06

Пятница 23 мая

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	200	161,2
	Бутерброд с сыром	40/15/5	127,42
	Кофейный напиток с молоком	190	95,53
		450	384,15
2 завтрак	Бифидок	150	88,5
		150	88,50
Обед	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	180/4	107,64
	Гуляш из отварного мяса	70	218,75
	Икра свекольная	50	50,05
	Картофельное пюре	130	123,07
	Чай с лимоном	180	34,8
	Хлеб ржано-пшеничный	37,5	71,3
		651,5	605,61
Полдник	Булочка домашняя	60	141,68
	Сок в ассортименте	200	84,4
		260,00	226,08
Итого за день		1511,50	1304,34

