

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

14.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша ячневая жидкая на сгущ. молоке с маслом сливочным	160/3 190/5	4,9 6,23	5,66 7,18	21,35 26,38	165,49 209,63
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/8,38	28/33,6
Бутерброд с маслом	30/3 40/5	2,02 2,69	2,2 3,73	12,06 13,35	69,15 98,88
		6,96/8,96	7,87/10,92	40,87/49,03	270,03/345,81

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Сок фруктовый	150 180	0,75 0,09	0 0,2	15,15 19,6	64 89,2
		0,75/0,9	0/0,2	15,15/19,6	64/89,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5 200/8	2,1 4,09	3,06 4,51	8,7 11,98	70,95 107
Котлета «улыбка»	70/80	2,8/3,2	8,06/9,2	5,69/6,5	135,22/154,6
Рагу из овощей	110/150	1,78/2,42	9,55/12,81	10,04/13,5	133,1/178,61
Огурец соленый	30/50	0,24/0,4	0/0	0,72/1,2	4,2/7
Компот из свежих яблок (С – вит- я)	150 200	0,12 0,16	0,12 0,16	17,85 23,8	73,2 97,6
Хлеб ржано-пшеничный	30 37,5	2 2,5	0,3 0,37	12,06 15,08	57,04 71,3
		9,04/12,77	21,09/27,05	55,06/72,06	473,71/616,11

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8
Соус сметанный сладкий	20/20	0,73/0,73	0,87/0,87	1,6/1,6	26,7/26,7
		4,81/5,35	5,15/5,71	44,47/50,66	246,57/277,8

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	22,9/28,0	38,8/43,7	156,1/189,9	1090/1315,7
----------------------	------------------	------------------	--------------------	--------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

15.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша жидкая манная на молоке	140/3 150/5	4,57 4,9	6,35 6,8	22,96 24,6	162,4 174
Кофейный напиток с молоком	160/180	2,53/2,84	2,13/2,41	12,76/14,34	80,85/90,5
Хлеб пшеничный	30/37,5	2,24/2,8	0,14/0,19	15/18,75	71,1/88,9
Яйцо вареное	40/40	5,08/5,08	4,6/4,6	0,28/0,28	63/63
		11,93/12,83	11,1/11,6	45,23/52,01	324,5/359,5

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Бифидок	130	3,77	4,16	13,87	76,7
	150	4,35	4,32	14,4	79,65
		3,77/4,35	4,16/4,32	13,87/14,4	76,7/79,65

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картоф. с бобовыми на м/к б-не	150/180	3,3/4	3,15/3,8	9,75/11,7	80,85/96,7
Гуляш из отварного мяса	50/70	12,89/18,05	10,1/14,14	3,27/4,59	156,25/218,7
Каша гречневая рассыпчатая гарнир	110/130	6/7	4,9/5,7	26,4/31,1	174/205,6
Свекла отварная	30/50	1,95/3,25	1,53/2,55	2,64/4,4	14,1/23,5
Напиток из пл. шипов-ка (С – витам-я)	150 / 180	0,51/0,61	0,21/0,25	16,22/19,67	79/95
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		27,29/35,53	19,69/26,31	70,89/87,24	547,84/695

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Запеканка из творога с рисом	80 / 100	6,48/8,1	6/7,5	12/15	132,4/165,5
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
Соус фруктовый	50/50	0,47/0,47	0,03/0,03	6,7/6,7	28,8/28,8
		7,7/9,47	6,03/7,53	33,85/39,88	225,2/270,3

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	46,69/58,18	40,98/50,24	163,84/195,13	1174,24/1413,3
----------------------	--------------------	--------------------	----------------------	-----------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

16.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром	150/3	5,09	6,58	18,53	154,98
	160/5	5,4	7	22,58	165,3
Чай с молоком	160	2,37	2,08	12,71	79,1
	180	2,66	2,34	14,31	88,9
Бутерброд с сыром	30/10	4,33	6,31	13,35	127,42
	40/15	4,33	6,31	13,35	127,42
		11,79/12,39	14,97/15,65	44,59/50,24	361,5/381,62

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Снежок	140 / 150	4/5,22	4,48/5,76	5,6/7,2	58,48/106,2
	140 / 150	4/5,22	4,48/5,76	5,6/7,2	58,48/106,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картоф. с клецками на кур. б-не	150/200	3,15/4,2	4,5/6	17,2/22,93	102,2/136,27
Котлеты руб-е из кур, запеч. с соусом молочным	60 / 70	7,27/8,49	10,44/12,18	5,92/6,9	147/171,5
Макароны отварные	110/130	4,18/4,94	0,55/0,65	22,04/22,88	113,7/134,42
Капуста тушеная	30 / 40	0,59/0,99	1,12/1,86	2,82/4,7	23,7/39,5
Компот из с/фруктов (изюм) (С – витаминация)	150	0,12	0,1	18,1	73,5
	180	0,14	0,12	21,7	101,7
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		17,31/21,26	16,92/21,18	72,46/93,35	490,72/641,19

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Булочка домашняя	60 / 60	3,6/3,6	4,8/4,8	17,4/17,4	141,68/141,68
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		4,35/4,5	4,8/4,8	32,55/35,58	205,69/217,68

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	37,85/43,85	41,57/47,87	165/198,13	1163,38/1403,09
----------------------	--------------------	--------------------	-------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

17.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Каша вязкая «Дружба»	160/3	3,98	5,37	21,32	150,12
	170/5	4,36	5,89	23,37	164,6
Кофейный напиток на молоке	160	2,53	2,13	12,76	80,85
	180	2,84	2,41	14,34	90,5
Бутерброд с маслом	30/3	2,02	2,2	12,06	69,15
	37,5/5	2,69	3,73	13,35	98,88
		8,53/9,89	11,7/12,03	46,14/51,06	343,17/353,98

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Ряженка	120	4,15	4,61	5,76	84,96
	150	5,22	5,76	7,2	106,2
		4,15/5,22	4,61/5,76	5,76/7,2	84,96/106,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп картофельный с рыбой	150	16,82	4,73	12,15	158,77
	180	20,19	5,68	14,58	190,53
Рыба, тушеная с овощами	60 / 80	5,74/7,66	2,88/3,85	1,65/2,2	55,5/74
	110	2,24	3,84	13,25	104,13
Картофельное пюре	130	2,64	4,53	15,66	123,06
	30/50	0,66/1,1	2,4/4	3,35/5,58	38,7/64,5
Компот из свежих яблок (С – вит.)	150	0,12	0,12	17,85	73,2
	180	0,16	0,16	23,8	97,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
	37,5	2,5	0,37	15,08	71,3
		27,58/34,25	14,27/18,59	60,31/76,9	487,34/620,99

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Омлет натуральный с маслом	130/150	11,7/13,5	11,09/12,8	8,88/10,25	204,1/235,5
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28
	180	0,04	0,01	8,38	33,6
		11,4/13,54	8,58/12,81	25,39/18,63	224/267

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	51,66/62,86	41,16/47,46	137,6/153,58	1139,47/1330,66
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

18.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Суп молочный с макар-ми изделиями	150/180	4,54/5,11	4,16/4,68	15,04/16,92	116,16/130,68
Какао с молоком	160/180	3,36/3,67	2,9/3,19	13,82/15,82	94,93/107
Бутерброд с повидлом	30/8	1,48	2,32	16,47	92,75
	37,5/13	1,96	3,09	21,9	123,26
		8,99/10,74	10,03/10,96	48,11/54,64	316,64/360,94

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Плоды свежие (яблоко)	120/120	0,48	0,48	11,76	79,2
		0,48	0,48	11,76	79,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3	89,7
	200/8	4,32	4,67	15,06	119,6
Жаркое по-домашнему	160	19,47	5,02	17,41	192,96
	190	23,14	5,96	20,68	229,11
Икра свекольная	30/50	0,7/1,16	1,74/2,9	3,7/6,16	34,8/56,8
Компот из кураги (С – вит-ия)	150 / 200	0,7/1	0/ 0,1	11,8/15,7	50,2/66,9
Хлеб ржано-пшеничный	30 / 37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
Хлеб пшеничный	30 / 30	2,25	0,15	15	71,1
		27,66/34,37	10,71/14,15	71,27/87,72	495,8/608,06

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Пирожок печеный с капустой и яйцом	60/70	4,52/5,25	5,23/7,31	20,78/24,24	159,8/186,37
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		5/6,15	5,23/7,31	35,93/42,42	223,8/262,37

ИТОГО ЗА ДЕНЬ		41,9/51,9	26,6/33,1	167,9/202,3	1083,5/1307 0,6
----------------------	--	------------------	------------------	--------------------	----------------------------

4-я неделя
МБДОУ № 58 «Золотой ключик»
МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)
21.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша пшенная на сгущенном молоке	160/3 200/5	5,26 7	6,06 8	21,2 28,33	159,7 212,94
Чай с сахаром	150/180	1,5/2,28	1,97/2,36	19,23/23,08	99,17/119
Бутерброд с маслом	30/3 37,5/5	2,02 2,69	2,2 3,73	12,06 13,35	69,15 98,88
		7,32/9,73	10,27/11,74	40,72/50,06	301,77/345,42

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли/сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад	ясли / сад
Сок фруктовый	150/180	0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76
		0,75/0,9	0/0	15,15/18,18	64/76

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп картоф. с макар. издел. и мясными фрикадельками	160 200	4,83 7,53	3,36 4,98	11 12,82	94,3 131,13
Котлета «Улыбка»	70/80	2,8/3,2	8,06/9,2	5,69/6,5	135,22/154,6
Капуста тушеная	120/150	2,21/3,59	4,28/5,32	11,31/15,14	94,8/125,77
Салат из горошка зеленого консерв.	30/50	0,9/1,5	1,55/2,6	1,87/3,1	24,4/40,7
Компот из апельсинов (С – витамин.)	160/180	0,39/0,41	0,07/0,09	16,61/30,6	68,16/124,74
Хлеб ржано-пшеничный	35/37,5	2,3/2,5	0,35/0,37	14,07/15,08	66,55/71,3
		13,43/18,73	17,67/22,56	60,55/83,24	483,43/648,24

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Манник	75/85	4,01/4,54	4,27/4,84	35,77/40,54	190,87/216,3
Чай с лимоном	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8
Соус фруктовый	15/15	0,14/0,14	0,01/0,01	2,01/2,01	8,65/8,65
		4,22/4,76	4,29/4,86	44,88/51,07	228,52/259,75

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	32,48/34,12	32,23/39,16	161,3/313,55	1077,72/1329,41
----------------------	--------------------	--------------------	---------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

22.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша жидкая пшеничная	160/3 180/5	3,1 3,78	2,89 3,47	22,8 27,36	129,97 156
Кофейный напиток с молоком	160/180	2,53/2,84	2,13/2,41	12,76/14,34	80,85/90,5
Бутерброд с сыром	30/10 30/15	4,33 3,55	6,31 5,16	13,35 10,92	127,42 104,25
		9,96/10,17	11,33/11,04	48,91/52,62	338,24/350,75

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Плоды свежие (яблоко)	120/120	0,48	0,48	11,76	79,2
		0,48	0,48	11,76	79,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Щи из св. капусты и картоф. со сметаной на м/к бульоне	150/5 180/8	6,24 7,49	4,74 5,69	9,68 11,61	108,94 130,7
Шницель рубленый	50/70	7,92/10,88	5,89/8,08	8/10,99	116,67/160,12
Каша гречневая рассыпчатая	110/130	2,64/3,12	4,4/5,2	26,95/31,85	160,6/189,8
Икра свекольная	30/50	0,7/1,16	1,74/2,9	3,7/6,16	34,08/56,8
Компот из свежих плодов (груша)	150	0,12	0,12	12,91	52
С-витаминизация	180	0,14	0,14	21,7	88,2
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,08	57,04/71,3
		19,62/25,29	17,19/22,34	73,3/97,39	529,33/696,92

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Омлет натуральный с маслом	130/150	11,7/13,5	11,09/12,8	8,88/10,25	204,1/235,5
Чай с сахаром	150/180	0,07/0,08	0,01/0,01	7,1/8,52	29/34,8
Хлеб пшеничный	15/20	1,12/1,49	0,04/0,09	7,5/10	35,55/47,4
		12,86/15,03	11,14/12,9	23,37/28,63	267,65/316,5

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	43,04/51,25	40,26/47,04	161,03/198,21	1202,45/1449,33
----------------------	--------------------	--------------------	----------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

23.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша вязкая «Дружба»	160/3 170/5	3,7 4,36	5,38 5,89	21,31 23,38	150,11 164,64
Чай с молоком	160/180	2,37/2,66	2,08/2,34	12,71/14,31	79,1/88,9
Бутерброд с повидлом	30/8 37,5/13	1,48 1,96	2,32 3,0,9	16,47 21,9	92,75 123,26
		7,55/8,98	9,78/11,32	50,49/59,59	321,96/376,8

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Ряженка	120/150	4,15/5,22	4,61/5,76	5,76/7,2	84,96/106,2
		4,1/5,22	4,61/5,76	5,76/7,2	84,96/106,2

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Борщ с капустой и картоф. на курином бульоне со сметаной	150/5 180/8	3,07 3,68	3,38 4,01	8,98 10,78	78,75 94,5
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочн.	60 70	7,27 8,49	10,44 12,18	5,92 6,9	147 171,5
Макаронные изделия отварные с маслом	110 130/1,5	4,18 4,94	0,55 0,65	22,88 27,04	113,7 134,42
Икра морковная	30/50	1,1/1,1	4/4	5,58/5,58	64,5/64,5
Компот из св. яблок (С – вит.)	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14	12,91/13,5	52/87,84
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,06/15,8	57,04/71,3
		17,74/20,85	18,79/21,35	68,33/78,88	512,99/624,06

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60 75	3,9 4,87	2,7 3,37	22,8 28,5	132 165
Напиток из плодов шиповника	150/180	0,51/0,61	0,21/0,25	16,22/19,67	79/95
		4,41/5,48	2,91/3,62	39,02/48,17	211/260

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	31,2/37,11	31,98/36,89	178,84/211,84	1140,95/1374,86
----------------------	-------------------	--------------------	----------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»

МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)

24.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп молочный с макар-ми изделиями	150/180	4,54/5,11	4,16/4,68	15,04/16,92	116,16/130,68
Какао с молоком	160/180	3,36/4,08	2,9/3,54	13,82/17,56	94,93/118,89
Бутерброд с маслом	30/3	2,02	2,6	12,06	90,2
	37,5/5	2,54	3,52	12,61	93,5
		9,92/11,73	9,66/11,74	41,47/47,11	301,29/343,07

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Йогурт питьевой фруктовый	120/150	3,48/4,35	3,84/4,8	4,8/6	68,4/88,5
		3,48/4,35	3,84/4,8	4,8/6	68,4/88,5

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Суп картофельный с рыбой	160/180	17,95/20,19	4,98/5,68	12,96/14,58	169,3/190,53
Рыба отварная	60/80	10,6/14,13	0,41/0,55	0,47/0,62	48/64
Рагу из овощей	120/150	1,94/2,39	10,42/12,81	10,95/13,47	145,2/198,61
Огурец соленый	30/40	0,24/0,32	0/0	0,72/0,98	4,2/8,6
Компот из с/фруктов (изюм) (С – вит)	150	0,12	0,1	18,1	73,5
	180	0,14	0,12	21,72	101,7
Хлеб ржано-пшеничный	35/37,5	2,33/2,5	0,35/0,37	14,07/15,08	66,55/71,2
		33,19/40,03	16,17/20,92	51,52/81,38	483,47/609,44

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Сырники из творога	80/100	14,95/18,69	10,13/12,67	9,12/11,4	187,2/234
Соус молочный сладкий	50/50	0,95/0,95	2,25/2,25	6,5/6,5	50,75/50,75
Чай с сахаром	150/180	0,04/0,04	0,01/0,01	6,99/25,02	28/33,6
		15,94/19,68	12,39/14,93	22,61/26,28	265,95/318,35

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	65,96/80,96	50,05/59,61	121,12/170,31	1198,75/1473,28
----------------------	--------------------	--------------------	----------------------	------------------------

МБДОУ № 58 «Золотой ключик»**МЕНЮ (возраст 1-3 и 3-7 лет)**

25.04.2025г.

Завтрак	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Каша молочная кукурузная жидкая	150/3 200/5	3,89 5,19	4,51 6,02	16,71 22,29	120,9 161,2
Кофейный напиток с молоком	160/190	2,53/3	2,13/2,54	12,76/15,14	80,85/95,53
Бутерброд с сыром	30/10 40/15	4,33 4,33	6,31 6,31	13,35 13,35	127,42 127,42
		10,75/12,52	12,95/14,87	42,82/50,78	329,17/384,15

II – ой завтрак (10.00)	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Бифидок	130/150	3,77/4,35	4,16/4,8	13,87/16	76,7/88,5
		3,77/4,35	4,16/4,8	13,87/16	76,7/88,5

Обед	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5 180/8	3,24 3,88	3,5 4,2	11,3 13,56	89,7 107,64
Гуляш из отварного мяса	50/70	12,89/18,05	10,1/14,14	3,27/4,59	156,25/218,75
Картофельное пюре	110/130	2,24/2,64	3,84/4,54	13,25/15,66	104,13/123,07
Икра свекольная	30/50	0,7/1,16	1,74/2,9	3,7/6,16	34,08/56,8
Чай с лимоном (С – витамин-я)	150/3,5 180/7	0,07 0,08	0,01 0,01	7,1 8,52	29 34,8
Хлеб ржано-пшеничный	30/37,5	2/2,5	0,3/0,37	12,0,6/15,08	57,04/71,3
		21,14/28,31	19,49/26,16	50,68/63,57	470,2/612,36

Полдник	Выход блюд	Б	Ж	У	Энерг. ценн.
	ясли / сад	ясли / сад	ясли /сад	ясли / сад	ясли /сад
Булочка домашняя	60/60	3,6/3,6	4,8/4,8	17,4/17,4	141,68/141,68
Сок фруктовый	150/200	0,75/1	0/0	15,15/20,2	64/84,4
		4,35/4,6	4,8/4,8	32,55/37,6	20568/226,08

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	40,01/49,78	41,4/50,63	142,05/167,95	1081,75/1311,09
----------------------	--------------------	-------------------	----------------------	------------------------