

## МЕНЮ на 13 февраля 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Каша вязкая "Дружба"	170/5	4,36	5,9	23,4	164,6	160	3,94	4,69	19	135,25
Бутерброд с маслом	39,2/5	3,07	4,17	20,21	130,7	30	2,32	0,29	15,42	73,6
Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,34	90,5	160	2,45	2	8,74	62,82
<i>Итого</i>	<b>399,2</b>	<b>10,3</b>	<b>12,5</b>	<b>58,0</b>	<b>385,8</b>	<b>350,0</b>	<b>8,7</b>	<b>7,0</b>	<b>43,2</b>	<b>271,6</b>
2 завтрак	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Плоды свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	15,45	69,6	143	0,57	0,4	14,67	64,6
<i>Итого</i>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>15,5</b>	<b>69,6</b>	<b>143</b>	<b>0,6</b>	<b>0,4</b>	<b>14,7</b>	<b>64,6</b>
Обед	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	180	3,89	4,2	13,55	107,6	150	3,24	3,5	11,3	89,7
Рыба отварная	82	14,48	0,56	0,63	65,6	79,00	14,13	0,55	0,62	64,0
Икра морковная	50	1,10	2,30	5,43	46,85	40	0,87	3,19	4,45	51,47
Макаронные изделия отварные	130	4,94	0,65	27	134,4	100	3,76	0,49	20,52	102,33
Компот из свежих яблок	180	0,16	0,16	23,88	97,60	150	0,12	0,12	17,91	73,20
Хлеб пшеничный	31	2,310	0,15	15,45	72,4	30	2,25	0,15	15,00	71,1
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,35	0,35	14,22	69,4	30	2	0,3	12,06	57,04
<i>Проведена витаминизация 3 блюда витамином С</i>	<b>693,0</b>	<b>29,2</b>	<b>8,4</b>	<b>100,2</b>	<b>593,8</b>	<b>579,0</b>	<b>26,4</b>	<b>8,3</b>	<b>81,9</b>	<b>508,8</b>
Полдник	Сад					Ясли				
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У	Калл
Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,4	234	76	14,12	9,6	8,6	177,1
Соус молочный сладкий	20	0,38	0,9	2,6	20,3	20	0,38	0,9	2,6	20,3
Чай с сахаром	180	0,04	0,01	8,38	33,6	150	0,04	0,01	6,99	28
<i>Итого</i>	<b>300</b>	<b>19</b>	<b>14</b>	<b>22</b>	<b>288</b>	<b>246</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	<b>225</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1542</b>	<b>59,2</b>	<b>35,0</b>	<b>195,9</b>	<b>1337,1</b>	<b>1318</b>	<b>50,2</b>	<b>26,2</b>	<b>157,9</b>	<b>1070,4</b>