

## МЕНЮ на "27" января 2025 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

| Завтрак                                                      | Сад             |              |              |              |               | Ясли           |              |              |              |               |
|--------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                                                              | Вес             | Б            | Ж            | У            | Калл          | Вес            | Б            | Ж            | У            | Калл          |
| Суп молочный с макаронными изделиями                         | 180             | 5,11         | 4,68         | 16,92        | 130,68        | 160            | 4,54         | 4,16         | 15,04        | 116,16        |
| Бутерброд с сыром                                            | 42/3,3/1<br>4,6 | 6,37         | 7,14         | 7,85         | 164,9         | 35/2,5/8,<br>8 | 4,48         | 4,8          | 6,58         | 123,9         |
| Какао с молоком                                              | 180             | 3,67         | 3,19         | 15,82        | 107           | 150            | 2,5          | 2            | 8,3          | 60,8          |
|                                                              |                 |              |              |              |               |                |              |              |              |               |
| <i>Итого</i>                                                 | <b>414</b>      | <b>15,15</b> | <b>15,01</b> | <b>40,59</b> | <b>402,60</b> | <b>350</b>     | <b>11,52</b> | <b>10,96</b> | <b>29,92</b> | <b>300,82</b> |
| 2 завтрак                                                    | Сад             |              |              |              |               | Ясли           |              |              |              |               |
|                                                              | Вес             | Б            | Ж            | У            | Калл          | Вес            | Б            | Ж            | У            | Калл          |
| Фрукты свежие (яблоко)                                       | 180             | 0,63         | 0,63         | 15,52        | 74,45         | 150            | 0,52         | 0,52         | 12,93        | 62,04         |
|                                                              |                 |              |              |              |               |                |              |              |              |               |
|                                                              | <b>180</b>      | <b>0,63</b>  | <b>0,63</b>  | <b>15,52</b> | <b>74,45</b>  | <b>150</b>     | <b>0,52</b>  | <b>0,52</b>  | <b>12,93</b> | <b>62,04</b>  |
| Обед                                                         | Сад             |              |              |              |               | Ясли           |              |              |              |               |
|                                                              | Вес             | Б            | Ж            | У            | Калл          | Вес            | Б            | Ж            | У            | Калл          |
| Икра свекольная                                              | 50              | 1,17         | 2,3          | 6,2          | 50,05         | 30             | 0,7          | 1,38         | 3,7          | 30,03         |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной | 180             | 7,5          | 5,7          | 11,6         | 130,7         | 150            | 6,24         | 4,74         | 9,68         | 108,9         |
| Тефтели с сметанно-томатным соусом                           | 80              | 5,91         | 6,55         | 7,79         | 114,8         | 60             | 4,43         | 4,91         | 5,85         | 91,34         |
| Картофельное пюре                                            | 150             | 3            | 5,19         | 18           | 142           | 110            | 2,24         | 3,84         | 13,25        | 104,13        |
| Компот из изюма                                              | 180             | 0,29         | 0,07         | 17,97        | 74,13         | 150            | 0,24         | 0,06         | 14,98        | 61,78         |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 40              | 2,67         | 0,39         | 16,08        | 76            | 35             | 2,3          | 0,35         | 14,07        | 66,55         |
| <i>Проведена витаминизация 3 блюда витамином С</i>           | <b>680,00</b>   | <b>20,54</b> | <b>20,20</b> | <b>77,64</b> | <b>587,68</b> | <b>535,00</b>  | <b>16,15</b> | <b>15,28</b> | <b>61,53</b> | <b>462,73</b> |
| Полдник                                                      | Сад             |              |              |              |               | Ясли           |              |              |              |               |
|                                                              | Вес             | Б            | Ж            | У            | Калл          | Вес            | Б            | Ж            | У            | Калл          |
| Запеканка из творога с манной крупой                         | 110             | 20           | 13,8         | 19,6         | 282,6         | 87             | 20,3         | 13,93        | 19,83        | 285,8         |
| Соус фруктовый                                               | 15              | 0,14         | 0,01         | 2,01         | 8,65          | 15             | 0,14         | 0,01         | 2,01         | 8,65          |
| Чай с сахаром                                                | 180             | 0,04         | 0,01         | 8,38         | 33,6          | 150            | 0,04         | 0,01         | 6,99         | 28            |
| <i>Итого</i>                                                 | <b>305,00</b>   | <b>20,18</b> | <b>13,82</b> | <b>29,99</b> | <b>324,85</b> | <b>252,00</b>  | <b>20,48</b> | <b>13,95</b> | <b>28,83</b> | <b>322,45</b> |
| <b>Итого за день</b>                                         | <b>1579,0</b>   | <b>56,5</b>  | <b>49,7</b>  | <b>163,7</b> | <b>1389,6</b> | <b>1287,0</b>  | <b>48,7</b>  | <b>40,7</b>  | <b>133,2</b> | <b>1148,0</b> |