

Утверждаю



МКДОУ "Детский сад № 14 "Колосок" с. Горнозаводского
Заведующий
/Бережная М.В./

МЕНЮ
03 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" (с маслом сливочным и сахаром)	160/5/5	0.00	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	30	0.00	0.00	0.00	0.00
ЧАЙ С САХАРОМ	170/15	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого		0.00	0.00	0.00	0.00
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)	112	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого		0.00	0.00	0.00	0.00
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		0.00	0.00	0.00	0.00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/3	1.14	4.00	5.55	63.31
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	65	8.93	2.96	4.95	82.22
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (с маслом сливочным)	110/4	2.33	4.00	15.66	108.36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	26	1.98	0.16	13.05	61.57
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	26	0.00	0.00	0.00	0.00
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	145	0.19	0.04	27.21	109.81
Итого		14.57	11.16	66.42	425.27
Полдник					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	1.73	2.85	5.47	54.48
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0.00	0.00	0.00	0.00
КАКАО С МОЛОКОМ	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого		1.73	2.85	5.47	54.48
Всего		16.30	14.01	71.89	479.75

Медицинская сестра

Утверждаю

МКДОУ "Детский сад № 14 "Колосок" с. Горнозаводского
Бережная М.В./

Заведующий

МЕНЮ
20 марта 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" (с маслом сливочным и сахаром)	190/5/5	0.00	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	30	0.00	0.00	0.00	0.00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого		0.00	0.00	0.00	0.00
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)	111	3.22	2.78	4.66	59.94
Итого		3.22	2.78	4.66	59.94
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		0.00	0.00	0.00	0.00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	185/3	0.00	0.00	0.00	0.00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	0.00	0.00	0.00	0.00
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	140/70/70	11.98	7.97	6.33	145.88
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	30	0.00	0.00	0.00	0.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0.00	0.00	0.00	0.00
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	175	0.23	0.05	32.08	129.42
Итого		12.21	8.02	38.41	275.30
Полдник					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	1.22	3.32	5.78	57.79
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.00	0.00	0.00	0.00
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.56	2.96	14.99	101.93
Итого		4.78	6.28	20.77	159.72
Всего		20.21	17.08	63.84	494.96

Медицинская сестра