

Утверждаю:                      Заведующий МБДОУ д/с № 13 д. Камки Леонтьева Е.Е.

| Прием<br>пищи,                | Наименование<br>блюда                            | Выход<br>блюда, г | Питательные вещества |               |               | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------|----------------------|---------------|---------------|----------------------------------|
|                               |                                                  |                   | Белки                | Жиры          | Углеводы      |                                  |
| <b>Меню на<br/>10.04.2025</b> |                                                  |                   |                      |               |               |                                  |
| Завтрак                       | Каша пшеничная<br>молочная с<br>сахаром и маслом | 200               | 6,44                 | 7,53          | 25,38         | 192                              |
|                               | Какао                                            | 200               | 4,2                  | 3,62          | 17,28         | 118,66                           |
|                               | Хлеб пшеничный                                   | 30                | 2,37                 | 0,3           | 14,49         | 71                               |
|                               | Итого завтрак                                    |                   | 13,01                | 11,45         | 57,15         | 381,66                           |
| 2-ой<br>завтрак               | Яблоко                                           | 70                | 0,39                 | 0,39          | 9,6           | 43,4                             |
|                               | Итого 2-ой<br>завтрак                            |                   | 0,39                 | 0,39          | 9,6           | 43,4                             |
| Обед                          | Салат из свеклы                                  | 60                | 0,64                 | 2,82          | 6,36          | 51,8                             |
|                               | Пуштыш                                           | 200               | 4,6                  | 3,2           | 9,8           | 86                               |
|                               | Суфле из мяса                                    | 70                | 7,06                 | 20,86         | 30,49         | 417,66                           |
|                               | Картофельное<br>пюре                             | 150               | 3,19                 | 6,06          | 23,3          | 160,45                           |
|                               | Компот из<br>сухофруктов                         | 200               | 1,04                 | 0             | 26,96         | 107,44                           |
|                               | Хлеб пшеничный                                   | 30                | 2,37                 | 0,3           | 14,49         | 71                               |
|                               | Хлеб ржаной                                      | 40                | 2,64                 | 0,48          | 13,36         | 69                               |
|                               | Итого обед                                       |                   | 21,54                | 33,72         | 124,76        | 963,35                           |
| Полдник                       | Пирожки с<br>яблоками                            | 60                | 4,25                 | 6,97          | 31,06         | 204                              |
|                               | Чай с сахаром                                    | 200               | 0,068                | 0,028         | 9,99          | 40                               |
|                               | Итого полдник                                    |                   | 4,318                | 6,998         | 41,05         | 244                              |
|                               | <b>Итого за день</b>                             |                   | <b>39,258</b>        | <b>52,558</b> | <b>232,56</b> | <b>1632,41</b>                   |