

Меню на 22 мая 2025г.
Для детей с (3 до 7) лет

Заведующий МДОАУ
«Детский сад №13»
«Арбузенок»



Панкеева Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ Рецепту ры
			Белки**	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша рисовая молочная	200	4,83	2,47	19,22	95,22	23
	Хлеб пшеничный	40	4,6	0,5	29,5	141	2
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	4
	Чай с сахаром	200	12	3,1	14	53,06	9
			21,51	13,32	62,85	355,28	
Завтрак 2	фрукты	110	0,,38	0,38	9,31	114,81	5
Обед	Суп картофельный с клецками	200	2,15	2,27	13,71	83,8	19
	Котлета запеченная	80	8,31	4,24	8,51	104,98	17
	Пюре картофельное	150	4,61	0,66	24,91	124,08	18
	Хлеб пшеничный	40	0,08	0,4	19,32	94,67	2
	Хлеб ржаной	50	1,8	0,45	15,6	74,26	3
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,01	35,27	142,2	8
Полдник	Омлет		18,27	12,7	125,42	702,46	
	кандо	150	4,99	6,5	39,4	233,77	61
		200	0,06	0,02	9,99	40	9
Ужин	Печенье		5,05	6,52	49,39	273,77	
	Чай с сахаром						
итого		200	12	3,1	14	53,06	9
			61,68	40,61	275,82	1616,86	

Меню на 22 мая 2025 г.

Для детей с (1,5 до 3) лет

Заведующий МДОАУ
«Детский сад №13
«Арбузенки»

Панкеева Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая Ценность (ккал)	№ Рецепту ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша рисовая молочная	150	4,03	2,06	17,19	79,35	23
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	2
	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	4
	Чай с сахаром	150	9	2,3	10,5	39,8	9
			15,46	10,46	42,28	242,95	
Завтрак 2	фрукты	100	0,22	0,22	5,39	66,47	5
Обед	Суп картофельный с клецками	180	1,94	2,04	12,34	75,42	19
	Котлета запеченная	60	6,31	3,52	7,01	84,73	17
	Пюре картофельное	100	3,84	0,55	20,76	103,4	18
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	2
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3
	Компот из сухофруктов	150	0,17	0,01	26,45	106,65	8
			18	10,01	99,81	560,04	
Полдник	Омлет	60	4,27	5,09	30,98	185,3	61
	Какао	150	3,15	2,72	12,96	89	32
			7,42	7,81	43,94	274,3	
Ужин	печенье	30	4,93	7,06	20,82	165,01	28
	Чай с сахаром	150	9	2,3	10,5	39,8	9
Итого			55,03	37,86	222,74	1,48,57	