

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ Д/с
«Колосок» г. Нижняя Павловка
Н.В. Черных
«10» июня 2025 г.

Меню на «11» июня 2025 г.

День 3 <i>среда</i>	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г		Пищевые вещества, г						Энергетическая цен- ность {ккал}	Вита- мин С, мг
		1,5-3 лет	3-8 лет	1,5-3 лет			3-8 лет				
				Белки	Жиры	Угле- воды	Белки	Жиры	Угле- воды		
Завтрак <i>Кашиа каша мед, молоко, рис, пишено</i>		150	190	3,00	4,59	24,2	3,80	5,81	30,67	226,42	286,8
<i>Бутерброд с сыром</i>		20	33	2,14	2,00	8,23	3,52	3,30	13,58	36	59,4
<i>Чай с сахаром</i>		150	180	0,08	0,00	6,66	0,11	0,00	7,99	26,1	31,32
2 завтрак <i>Соки овощи, фрукты.</i>		100	100	0,41	0,08	13,10	0,41	0,08	13,10	70	70
Обед <i>Салат картофель с кукур, морк</i>		30	50	0,46	1,87	2,68	0,76	3,12	4,47	27,01	45,02
<i>Рассольник Ленинградский</i>		150	180	5,07	4,89	23,46	6,08	5,87	28,15	120,81	144,97
<i>Котлеты или биточки рыбные</i>		60	70	14,36	4,04	5,56	16,75	4,71	6,48	115,04	134,22
<i>Капустная икра</i>		110	130	2,24	1,49	7,18	2,65	1,76	8,49	52,38	61,91
<i>Каша из пшеницы с сухофруктами</i>		150	180	1,44	0,04	23,13	1,73	0,11	27,76	98,49	118,19
<i>Хлеб пшеничный</i>		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
<i>Хлеб рж. пшеничный</i>		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник <i>Суп куриный с овощами</i>		50	60	0,50	1,12	43,87	0,60	1,34	52,64	150	180
<i>Молоко кипяченое</i>		180	180	5,22	4,50	8,64	5,51	4,75	9,12	96,3	101,65
Ужин <i>Запеканка из творога с яблоками</i>		150	190	15,91	15,63	13,71	20,16	19,80	17,37	225,84	286,06
<i>Каша из пшеницы с сухофруктами</i>		150	180	0,00	0,00	3,28	0,00	0,00	3,64	13,36	14,84
<i>Хлеб пшеничный</i>		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
<i>Хлеб рж. пшеничный</i>		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18

Шеф-повар  Н.А. Амосова