



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ Д/с

«Колосок» с. Нижняя Павловка

Н.В. Черных

20.05.2025 г.

Меню на «12» мая 2025 г.

День 1 <i>понедельник</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											
суп мясной с мак. изрублен		140	145	2,46	10,44	16,86	6,83	13,06	21,04	124,1	230,12
бутерброд с маслом (сливоч)		23	25	1,44	3,36	9,54	1,54	3,65	10,36	44,24	80,7
какао с молоком		160	200	3,20	4,69	19,49	4,0	5,86	24,36	46,8	96
2 завтрак										3	
салат фруктовый, свежие и вареные		100	100	0,41	0,08	13,10	0,41	0,08	13,10	70	70
Обед салат картофельный		30	50	0,58	1,57	4,53	0,96	2,68	7,55	34,98	58,3
суп картофельный с капустой		180	180	8,86	9,49	24,19	8,86	9,49	24,19	145,8	145,8
творог или творог отварной		60	40	6,0	10,52	1,59	7,0	12,28	1,86	78	91
каше рассыпчатая гречневая		110	130	2,42	3,68	16,94	2,86	4,35	20,02	77	91
компот из смеси сухофруктов		150	180	0,04	0	9,87	0,05	0	11,84	37,6	45,13
хлеб пшеничный		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
хлеб ржанно-пшеничный		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник печенье		30	55	0,60	3,0	31,47	1,10	5,50	57,70	147	269,5
кисель из творога - вареного кон-та		160	200	0	0	2,91	0	0	3,64	11,87	14,84
Ужин											
омлет с сыром		170	200	15,24	21,28	2,55	17,27	24,12	2,89	263,33	298,44
чай с сахаром		180	200	0,11	0	7,99	0,12	0	8,88	31,32	34,8
хлеб пшеничный		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
хлеб ржанно-пшеничный		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18

Шеф-повар И.А. Амосова