

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

Меню на «11» июня 2025 г.

День <i>покажем</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											
	Каша пшеничная молочная	150	150	1,50	3,00	51,90	1,95	3,30	67,47	197,78	253,21
	Бутерброд с маслом	23	25	1,44	3,36	9,54	1,57	3,65	10,36	74,24	89,7
	Чай с сахаром	150	180	0,09	0,00	6,66	0,11	0,00	1,93	26,1	31,32
2 завтрак											
	Сок овощной, фруктовый	100	100	0,11	0,08	13,10	0,41	0,08	13,10	70	70
Обед											
	С-г из помидоров	30	50	0,03	1,83	1,03	0,04	3,05	1,72	21,84	36,4
	Суп из овощей	180	200	13,16	12,59	22,19	14,62	13,68	24,66	216,86	240,96
	Филе из рыбы	110	150	8,66	9,75	13,04	11,80	13,28	18,02	142,11	193,79
	Каша овсяная с фруктами	150	180	0,04	0,00	9,87	0,05	0,00	11,84	37,6	45,13
	Хлеб пшеничный	18	28	1,42	0,18	9,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
	Хлеб ржаной-пшеничный	19	24	1,06	0,21	9,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник											
	Чай с сахаром	30	55	0,60	3,00	31,47	1,10	5,50	57,70	147	263,5
	Кисель из яблок-мол. концент.	160	200	0,00	0,00	2,31	0,00	0,00	3,64	11,87	14,84
Ужин											
	Суп молочный с крупой пшеничной	150	180	3,07	6,17	38,18	3,69	7,40	45,81	195,71	234,85
	Компот из свежих яблок	150	180	0,26	0,26	13,89	0,31	0,31	16,65	59,1	70,92
	Хлеб пшеничный	18	28	1,42	0,18	9,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46

Шеф-повар А.А. Н.А. Амосова