

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

Меню на «21» мая 2025 г.

День <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 (с мол. сив.)											
каше шиф. молоч. термизе		150	200	2,0	4,01	34,99	2,66	5,34	46,66	120	160
булгур с молоком (свиное)		23	25	1,44	3,36	9,54	1,57	3,65	10,36	44,24	80,7
чай с молоком		180	180	2,13	2,88	11,47	2,83	2,88	11,47	83,36	83,36
2 завтрак											
салат фруктовый, обжарен и маринов		100	100	0,41	0,08	13,10	0,41	0,08	13,10	40	40
Обед вытерен овсяной		30	50	0,86	2,47	3,31	1,43	4,12	5,51	32,83	64,71
суп куриный с картоф. корн		150	180	2,71	1,90	13,52	3,26	2,29	16,22	52,27	62,73
рыба, тушеная в сметане с овощами		60	70	9,28	3,79	9,55	10,83	4,42	11,14	48,05	91,06
макаронные изделия обж. с молоком		85	130	3,08	3,28	12,25	4,73	5,02	26,39	102,41	156,62
компот из яблок и мор. фруктов		150	180	1,44	0,09	23,13	1,73	0,11	27,76	98,49	118,19
пирог из пшеничного хлеба		20	25	1,00	2,00	14,00	1,25	2,50	17,50	50	62,5
хлеб ржаной-пшеничный		19	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18
Полдник ватрушка с повидлом		50	60	1,00	1,41	25,57	1,20	1,70	30,68	115,01	138,01
молоко кипяченое		180	190	5,22	7,50	8,64	5,59	7,75	9,12	96,3	101,65
Ужин											
картофель, запечен. брусничным		120	130	1,10	9,97	33,15	1,30	11,78	39,18	220	260
пюре из картофеля-мор. кот.		180	200	0,00	0,00	3,28	0,00	0,00	3,64	13,36	14,84
хлеб пшеничный		18	28	1,42	0,18	0,38	2,21	0,28	0,59	42,08	65,46
хлеб ржаной-пшеничный		18	24	1,06	0,21	0,46	1,34	0,26	0,58	43,68	55,18

Шеф-повар Н.А. Амосова