

СОГЛАСОВАНО

\_\_\_\_\_  
(должность)  
\_\_\_\_\_  
(ФИО)  
\_\_\_\_\_  
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
Заведующий  
Кургина И.В.  
01.06.2025г.  
детский сад  
«Светлячок»  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Светлячок»  
ИНН 5637021698 \* ОГРН 1195658006610

Меню приготавливаемых блюд

Возраст  
ная  
категор  
ия: Ясли

| Прием пищи       | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------------|----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                  |                                        |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| День 6           |                                        |           |                  |       |          |                            |             |
| ЗАВТРАК          | Кофейный напиток с молоком (2 вариант) | 150       | 1,29             | 1,41  | 12,47    | 66,01                      | 254         |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 15        | 1,19             | 0,15  | 7,24     | 35,25                      | 701         |
|                  | Масло сливочное                        | 4         | 0,03             | 2,90  | 0,05     | 26,44                      | 703         |
|                  | Каша овсяная "Геркулес" жидкая         | 160       | 5,94             | 6,75  | 23,31    | 177,71                     | 93          |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК |                                        | 329       | 8,45             | 11,21 | 43,07    | 305,41                     |             |
| 10:00            | Соки овощные, фруктовые и ягодные      | 75        | 7,50             | 0,75  | 21,75    | 123,75                     | 389         |
| ИТОГО ЗА 10:00   |                                        | 75        | 7,50             | 0,75  | 21,75    | 123,75                     |             |
| ОБЕД             | Салат из свежих помидоров и яблок      | 30        | 0,22             | 3,07  | 1,91     | 36,22                      | 16          |
|                  | Котлеты (с маслом)                     | 50        | 7,82             | 6,58  | 8,12     | 120,35                     | 161         |
|                  | Хлеб ржаной                            | 15        | 0,99             | 0,18  | 5,01     | 26,1                       | 700         |
|                  | Напиток из шиповника                   | 150       | 0,12             | 0,06  | 9,17     | 36,6                       | 256         |
|                  | Капуста тушеная                        | 110       | 2,73             | 5,08  | 11,41    | 103,39                     | 200         |
|                  | Суп картофельный с рыбной консервой    | 150       | 7,02             | 5,13  | 10,93    | 118,26                     | 41          |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 15        | 1,19             | 0,15  | 7,24     | 35,25                      | 701         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД    |                                        | 520       | 20,09            | 20,25 | 53,79    | 476,17                     |             |
| ПОЛДНИК          | Картофель отварной в молоке            | 50        | 2,62             | 2,54  | 15,36    | 95,34                      | 205         |
|                  | Чай с сахаром                          | 150       | 0,08             | 0,00  | 7,50     | 29,15                      | 263         |
|                  | Хлеб ржаной                            | 15        | 0,99             | 0,18  | 5,01     | 26,1                       | 700         |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК |                                        | 215       | 3,69             | 2,72  | 27,87    | 150,59                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:   |                                        | 1139      | 39,73            | 34,93 | 146,48   | 1055,92                    |             |