



Заведующий

МАДОУ д/с «УЛЫБКА» с. Пономаревка

Н.А. Пахомина

«29» 07 2025 год

Меню

вторник							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества г			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33	54-19
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	54-21к
	Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19	№ 384
	Сыр в нарезке	10	2,32	2,95	0	35,8	54-1з
	Батон	30	2,4	0,3	14,73	71,2	Пром.
Итого за завтрак		445	11,4	12,27	72,48	440,69	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,3	0,1	11,8	49,3	Пром.
	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5	Пром.
Итого		200	0,7	0,4	22,1	116,9	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,48	2,58	1,54	31,2	54-5з
	Суп гороховый	200	6,7	4,58	16,28	133	54-8с
	Рагу из курицы	180	18,86	6,35	15,77	195,6	54-27м
	Компот из сухофруктов	200	0,47	0	19,78	81	54-1хн
	Хлеб (пшеничный ржаной)	20	2,3	0,2	14,8	46,9	Пром
		30	2	0,4	10	51,2	Пром....
Итого за обед		680	30,81	14,11	78,17	538,9	
Полдник	Творожник песочный	50	6	6,45	20,17	162,6	54-15в
	Чай с молоком и сахаром	200	1,45	1,12	8,57	50,2	54-4гн
Итого за полдник		250	7,45	7,57	28,74	212,8	
Итого за день		1575	50,36	34,35	201,49	1309,29	