

Утверждено:
 заведующий МДОУ
 «Детский сад»с.Добровольское
 И.С.Дуйсенбенова

Ежедневное меню питания детей дошкольного возраста (1,5-7лет) на 14.04.2025г (вторая неделя)

| 1,5-3лет | выход | белки | жиры | углеводы | ккал | Ca | Fe | B 1 | B 2 | C | 3-7 лет | выход | белки | жиры | Углеводы | ккал | Ca | Fe | B 1 | B 2 | C | |
|---------------------------------|--------|-------|-------|----------|---------|--------|-------|------|------|-------|---------------------------------|--------|-------|-------|----------|---------|--------|-------|------|------|-------|--|
| завтрак | | | | | | | | | | | завтрак | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая рассып | 100 | 4.66 | 6.98 | 16.88 | 147.62 | 157.73 | 0.25 | 0.05 | 0.16 | 1.69 | Каша гречн.рассып | 150 | 7.28 | 8.71 | 27.16 | 219.13 | 225.7 | 0.50 | 0.07 | 0.21 | 2.21 | |
| какао с молоком | 150 | 2.94 | 2.53 | 11.46 | 78.71 | 112.53 | 0.44 | 0.04 | 0.14 | 1.20 | какао с молоком | 180 | 3.56 | 3.05 | 15.35 | 100.88 | 134.86 | 0.58 | 0.05 | 0.17 | 1.43 | |
| повидло порционное | 8 | 0.06 | 5.80 | 0.10 | 52.88 | 1.92 | 0.02 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | повидло порционное | 10 | 0.08 | 7.25 | 0.13 | 66.10 | 2.40 | 0.02 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | |
| батон | 20 | 1.52 | 0.18 | 9.94 | 45.20 | 4.60 | 0.40 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | батон | 30 | 2.28 | 0.27 | 14.91 | 67.80 | 6.90 | 0.60 | 0.05 | 0.02 | 0.00 | |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый | 100 | 0.80 | 0.60 | 20.60 | 94.00 | 38.0 | 4.60 | 0.04 | 0.06 | 10.00 | Сок фруктовый | 200 | 0.80 | 0.60 | 20.60 | 94.60 | 38.00 | 4.60 | 0.04 | 0.06 | 10.00 | |
| обед | | | | | | | | | | | обед | | | | | | | | | | | |
| салат из свеклы с солен.огурцом | 40 | 0,73 | 3.11 | 5.40 | 52.31 | 7.33 | 0.35 | 0.04 | 0.03 | 6.15 | салат из свеклы с солен.огур. | 60 | 1.11 | 5.17 | 8.22 | 83.51 | 11.18 | 0.53 | 0.06 | 0.04 | 9.32 | |
| суп гороховый с гренками на м/б | 150\10 | 4.53 | 4.05 | 10.27 | 93.44 | 12.27 | 1.09 | 0.09 | 0.08 | 12.27 | суп гороховый с гренками на м/б | 250\10 | 5.39 | 5.58 | 17.04 | 137.60 | 18.66 | 1.48 | 0.14 | 0.11 | 20.35 | |
| Плов из мяса | 150 | 12.69 | 4.25 | 1.30 | 92.70 | 36.42 | 0.75 | 0.09 | 0.09 | 1.45 | Плов из мяса | 200 | 14.45 | 5.23 | 1.30 | 108.57 | 40.98 | 0.84 | 0.10 | 0.10 | 1.49 | |
| Напиток из шиповника | 150 | 0.00 | 0.00 | 13.80 | 55.20 | 2.04 | 0.09 | 0.00 | 0.02 | 15.00 | Напиток из шиповника | 200 | 0.00 | 0.00 | 18.40 | 73.60 | 2.72 | 0.12 | 0.00 | 0.02 | 20.00 | |
| хлеб пшеничный | 30 | 2.28 | 0.27 | 14.91 | 67.80 | 6.90 | 0.60 | 0.05 | 0.02 | 0.00 | хлеб пшеничный | 30 | 2.28 | 0.27 | 14.91 | 67.80 | 6.90 | 0.60 | 0.05 | 0.02 | 0.00 | |
| хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0.36 | 11.88 | 59.40 | 8.70 | 1.17 | 0.05 | 0.02 | 0.00 | хлеб ржаной | 40 | 2.64 | 0.48 | 15.84 | 79.20 | 11.60 | 1.56 | 0.07 | 0.03 | 0.00 | |
| полдник | | | | | | | | | | | полдник | | | | | | | | | | | |
| коржик | 60 | 8.91 | 6.65 | 14.58 | 165.01 | 82.49 | 0.56 | 0.05 | 0.14 | 0.08 | Коржик молочный | 70 | 11.85 | 8.51 | 19.43 | 216.29 | 109.94 | 0.73 | 0.07 | 0.18 | 0.11 | |
| чай с молоком | 150 | 2.52 | 2.25 | 11.24 | 73.44 | 108.23 | 0.11 | 0.04 | 0.14 | 1.17 | чай с молоком | 180 | 2.52 | 2.25 | 14.25 | 84.84 | 108.33 | 0.12 | 0.04 | 0.14 | 1.17 | |
| итого за весь день | | 46.13 | 41.02 | 168.00 | 1227.58 | 583.16 | 10.44 | 0.59 | 0.94 | 49.01 | итого за весь день | | 56.44 | 51.50 | 216.29 | 1558.22 | 693.76 | 12.13 | 0.77 | 1.04 | 66.08 | |

Утверждено:
заведующий МДОУ
«Детский сад»с.Добровольское
_____ И.С.Дуйсенбенова