



"Утверждаю"  
Заведующий МКДОУ  
"Детский сад № 5 «Яблочко»"  
села Новозаведенного"

Савельева Г.М.

Меню на "03" апреля 2025 г.

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход       | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры        |                    |
|----------------------------|-----------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------------|--------------------|
|                            |                                         |             | Б                | Ж            | У             |                                |                    |                    |
| <b>Неделя 1</b>            |                                         |             |                  |              |               |                                |                    |                    |
| <b>4 день</b>              |                                         |             |                  |              |               |                                |                    |                    |
| Завтрак                    | Каша жидкая молочная из пшеничной крупы | С           | 180              | 6,68         | 6,53          | 32,75                          | 219,36             | № 279              |
|                            |                                         | Я           | 150              | 5,57         | 5,44          | 27,29                          | 182,80             | А.Я.Перевалов 2012 |
|                            | Бутерброд с повидлом                    | С           | 20/15            | 1,58         | 2,51          | 17,54                          | 99,27              | № 2                |
|                            |                                         | Я           | 15/10            | 1,13         | 1,79          | 12,53                          | 70,91              | М.П.Могильный 2005 |
|                            | Какао с молоком (1 вариант)             | С           | 200              | 4,20         | 3,63          | 7,28                           | 118,67             | № 397              |
|                            |                                         | Я           | 180              | 3,67         | 3,19          | 15,82                          | 107,00             | М.П.Могильный 2012 |
|                            | <b>Итого: сад</b>                       | С           | <b>407</b>       | <b>12,46</b> | <b>12,67</b>  | <b>57,57</b>                   | <b>437,30</b>      |                    |
| <b>Итого: ясли</b>         | Я                                       | <b>350</b>  | <b>10,37</b>     | <b>10,42</b> | <b>55,64</b>  | <b>360,71</b>                  |                    |                    |
| 2- завтрак:                | Фрукты свежие или сок фруктовый         | С           | 1/100            | 0,40         | 0,40          | 9,80                           | 44,00              | № 338              |
|                            |                                         | Я           | 1/100            | 0,40         | 0,40          | 9,80                           | 44,00              | М.П.Могильный 2005 |
|                            |                                         | С           | 200              | 1,00         | 0,00          | 20,20                          | 85,30              | № 389              |
|                            |                                         | Я           | 200              | 1,00         | 0,00          | 20,20                          | 85,30              | М.П.Могильный 2005 |
| Обед                       | Икра овощная                            | С           | 50               | 0,65         | 2,07          | 3,58                           | 35,50              | № 55               |
|                            |                                         | Я           | 30               | 0,39         | 1,24          | 2,15                           | 21,30              | М.П.Могильный 2012 |
|                            | Суп картофельный с бобовыми             | С           | 200              | 4,39         | 4,21          | 13,08                          | 107,80             | № 102              |
|                            |                                         | Я           | 150              | 3,29         | 3,16          | 9,79                           | 80,85              | М.П.Могильный 2005 |
|                            | Гренки из пшеничного хлеба              | С           | 30               | 3,74         | 0,48          | 22,82                          | 110,46             | № 115              |
|                            |                                         | Я           | 20               | 2,49         | 0,32          | 15,21                          | 73,64              | М.П.Могильный 2012 |
|                            | Тефтели рыбные                          | С           | 70               | 6,19         | 1,44          | 6,43                           | 63,38              | № 239              |
|                            |                                         | Я           | 50               | 4,42         | 1,03          | 4,59                           | 45,27              | М.П.Могильный 2005 |
|                            | Соус сметанный с томатом                | С           | 30               | 0,53         | 1,50          | 2,11                           | 24,03              | № 331              |
|                            |                                         | Я           | 30               | 0,53         | 1,50          | 2,11                           | 24,03              | М.П.Могильный 2005 |
|                            | Каша рассыпчатая                        | С           | 130              | 7,46         | 5,28          | 33,49                          | 211,25             | № 302              |
|                            |                                         | Я           | 110              | 6,31         | 4,47          | 28,34                          | 178,75             | М.П.Могильный 2005 |
|                            | Компот из свежих плодов                 | С           | 180              | 0,43         | 0,25          | 12,66                          | 54,61              | № 521              |
|                            |                                         | Я           | 150              | 0,36         | 0,21          | 10,55                          | 45,51              | М.П.Могильный 2012 |
|                            | Хлеб пшеничный                          | С           | 15               | 1,14         | 0,12          | 7,38                           | 35,25              | № 122              |
|                            |                                         | Я           | 10               | 0,76         | 0,08          | 4,92                           | 23,50              | А.Я.Перевалов 2012 |
|                            | Хлеб ржаной                             | С           | 37               | 2,47         | 0,45          | 12,52                          | 65,25              | № 123              |
| Я                          |                                         | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,02         | 52,20                          | А.Я.Перевалов 2012 |                    |
| <b>Итого: сад</b>          | С                                       | <b>662</b>  | <b>19,01</b>     | <b>9,02</b>  | <b>78,47</b>  | <b>472,25</b>                  |                    |                    |
| <b>Итого: ясли</b>         | Я                                       | <b>540</b>  | <b>13,69</b>     | <b>6,40</b>  | <b>57,23</b>  | <b>342,27</b>                  |                    |                    |
| Полдник                    | Рагу из овощей                          | С           | 130              | 1,97         | 9,19          | 12,08                          | 139,20             | № 137              |
|                            |                                         | Я           | 110              | 1,67         | 7,78          | 10,22                          | 117,80             | М.П.Могильный 2012 |
|                            | Кондитерские изделия (пром.)            | С           | 30               | 2,25         | 2,94          | 22,32                          | 125,10             | № 602, 603, 604    |
|                            |                                         | Я           | 15               | 1,12         | 1,47          | 11,16                          | 62,50              | А.Я.Перевалов 2012 |
|                            | Хлеб пшеничный                          | С           | 15               | 1,14         | 0,12          | 7,38                           | 35,25              | № 122              |
|                            |                                         | Я           | 10               | 0,76         | 0,08          | 4,92                           | 23,50              | А.Я.Перевалов 2012 |
|                            | Чай с сахаром                           | С           | 200/11           | 0,07         | 0,02          | 11,10                          | 44,40              | № 392              |
|                            |                                         | Я           | 150/7            | 0,06         | 0,02          | 9,99                           | 40,00              | М.П.Могильный 2012 |
|                            | <b>Итого: сад</b>                       | С           | <b>375</b>       | <b>5,43</b>  | <b>12,27</b>  | <b>52,88</b>                   | <b>343,95</b>      |                    |
| <b>Итого: ясли</b>         | Я                                       | <b>285</b>  | <b>3,61</b>      | <b>9,35</b>  | <b>36,29</b>  | <b>243,80</b>                  |                    |                    |
| <b>Всего за день: сад</b>  | С                                       | <b>1444</b> | <b>36,90</b>     | <b>33,96</b> | <b>188,92</b> | <b>1253,50</b>                 |                    |                    |
| <b>Всего за день: ясли</b> | Я                                       | <b>1175</b> | <b>27,67</b>     | <b>26,17</b> | <b>149,16</b> | <b>946,78</b>                  |                    |                    |