

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ д\с «Теремок»
(п.г.т.) Белый Яр
И.А.Баранчук



Меню
На 21 апреля 2025 года

Завтрак	Суточная норма продуктов на ребёнка до 3-х лет	Суточная норма продуктов на ребёнка с 3-х лет
Каша вязкая молочная овсяная	150	180
Печенье с джемом	30/10	30/15
Кофейный напиток с молоком	170	180
Второй завтрак		
Йогурт	150	170
<i>Итого за 1 и 2 завтрак</i>	510	575
Обед		
Салат морковный с яблоками	40	60
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	200
Капуста тушеная с мясом	110	130
Компот из кураги	150	180
Хлеб пшеничный	30	30
Хлеб ржаной	30	30
<i>Итого за обед</i>	510	630
Уплотненный полдник		
Рагу из овощей	110	130
Соус сметанный	25	45
Хлеб пшеничный	20	30
Пирожок печенный с мясом и рисом	50	60
Кисель из апельсинов	150	180
Яблоко	95	100
<i>Итого за уплотненный полдник</i>	450	545
Пищевые вещества		Итого энергетическая ценность(ккал)
б	ж	у
Я-42,01	47,23	203,18
С-54,30	59,91	261,29
		1259,99
		1620,14