Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад №69
_____ Пожарова М.В
«1» для марта 202 6г.

Меню Сад

«3» марта 202 6г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	4,4	4,7	29,8	178,1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	114,4
	Сыр твердых сортов	10	2,32	2,95	-	36
	ИТОГО за прием пищи	430	13,39	12,04	66,22	435,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный пром. производства для детского питания	100	0,50	0,10	10,10	42,40
	Итого за прием пищи	100	0,50	0,10	10,10	42,40
Обед	Суп с бобовыми (горох) на мясном б-не с гренками	210	5,65	4,6	18,25	139,4
	Тефтели мясные	80	8,04	7,75	9,08	138,75
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,4	5,3	33,5	211,25
	Компот из сухофруктов	180	0,7	0,018	25	101,7
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	680	23,89	21,18	97,81	680,05
Полдник	Чай с лимоном	180	0,11	0,018	8,91	26,6
	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	114,4
	ИТОГО за прием пищи	220	3,11	1,2	29,51	141
Ужин	Оладьи с повидлом	200	15,1	10,4	82,3	500
	повидло	30	0,17		21,48	86,5
	Чай с сахаром	180	0,1	0,018	6,3	25,75
	ИТОГО за прием пищи	410	15,37	10,4	110,08	612,25
	ИТОГО за день	1840	56,26	44,92	313,72	1911,2