

4.01  
Согласованно:  
Заведующий МДОАУ 154  
И.А. Иветикова

Меню на 1.07.2025г.



| Наименование блюда               | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                  |                | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Завтрак 1                        |                |                      |       |          |                                   |
| Батон нарезной                   | 30             | 2,25                 | 0,87  | 15,42    | 78,60                             |
| Повидло                          | 10             | 0                    | 0     | 6,3      | 10,2                              |
| Каша манная молочная жидкая      | 180            | 5,58                 | 6,72  | 27,78    | 193,86                            |
| Чай с сахаром                    | 180            | 0,09                 | 0,00  | 13,50    | 54,00                             |
| Итого за Завтрак 1               | 400            | 7,92                 | 7,59  | 63,00    | 336,66                            |
| Завтрак 2                        |                |                      |       |          |                                   |
| Соки овощные, фруктовые          | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Итого за Завтрак 2               | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Обед                             |                |                      |       |          |                                   |
| Винегрет овощной                 | 50             | 0,68                 | 3,09  | 4,22     | 47,40                             |
| Суп картофельный с клецками      | 200/20         | 2,31                 | 1,93  | 16,65    | 118,00                            |
| Птица тушенная в соусе с овощами | 170            | 8,85                 | 2,15  | 15,57    | 217,00                            |
| Кисель плодово-ягодный           | 180            | 1,26                 | 0,00  | 26,10    | 109,80                            |
| Хлеб пшеничный                   | 40             | 3,04                 | 0,32  | 19,68    | 94,00                             |
| Итого за Обед                    | 690            | 16,14                | 7,49  | 82,22    | 586,20                            |
| Полдник                          |                |                      |       |          |                                   |
| Булочка молочная                 | 50             | 4,80                 | 1,10  | 28,10    | 142,00                            |
| Компот из свежих плодов          | 200            | 0,5                  | 0,20  | 23,10    | 96,00                             |
| Итого за Полдник                 | 250            | 5,30                 | 1,30  | 51,20    | 238,00                            |
| Ужин                             |                |                      |       |          |                                   |
| Каша рассыпчатая с овощами       | 200            | 10,20                | 6,65  | 45,70    | 283,90                            |
| Чай с лимоном                    | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,20    | 61,00                             |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 50             | 3,30                 | 0,60  | 17,00    | 90,50                             |
| Итого за Ужин                    | 450            | 13,60                | 7,25  | 77,90    | 435,40                            |
| Итого за день                    | 1 970          | 43,86                | 23,63 | 274,32   | 1 695,26                          |