

10 день

Директор МБДОУ «ЦРР - д/с №27 «Нэни куллар»

УТВЕРЖДАЮ

Ю. В. Демьянова

МЕНЮ

17 апреля 2026 г.

Наименование блюда	Масса/ Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С	
	ясли	сад	белки		жиры		Углеводы		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак:												
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,17	5,35	4,69	5,41	30,01	38,57	179,40	225,00	0,67	0,86
Чай с сахаром, с яблоком	170/6/1 0	180/6/1 0	0,11	0,11	0,06	0,06	6,99	6,99	28,70	28,70	1,03	1,03
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		
2-ой Завтрак:												
Сок	200	200	0,63	0,90			12,62	18,18	52,77	76,00	2,50	3,60
Обед:												
Салат из зеленого горошка к/с	30	50	0,89	1,49	1,55	2,59	1,88	3,13	25,08	41,80		
Суп картофельный с пшеничной крупой на курином бульоне	150	180	0,98	1,18	1,36	1,36	6,06	7,27	42,88	51,45	4,13	4,95
Жаркое по- домашнему из отварной птицы	150	200	11,75	15,67	7,98	10,64	14,70	19,60	177,15	236,20	0,54	0,72
Компот из свежих фруктов	150	180	0,17	0,20	0,09	0,11	7,44	8,93	32,89	39,47		
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,77	47,00	70,57	0,00	0,00
Хлеб ржаной	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		
Полдник:												
Кисломолочный напиток(кефир)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	91,80	0,45	0,54
Кондитерское изделие(пряники)	35	35	2,07	2,07	1,65	1,65	26,25	26,25	128,10	128,10	0,00	0,01 0
Ужин:												
Сырники из творога с повидлом	100/30	120/30	18,90	22,66	14,54	17,45	31,68	34,00	329,00	379,80	0,46	0,46
Напиток из шиповника	150/5	180/6	0,50	0,61	0,20	0,25	5,57	6,68	26,15	31,38	75,00	90,0 0