

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ на 10 сентября 2025 г

1. Каша манная молочная с маслом сливочным 180/3
2. Чай с сахаром и молоком 180/6
3. Бутерброд с маслом сливочным 30/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
10,41	12,06	54,89	370,60

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,40	0,40	9,18	47,00

Обед

1. Салат из свежей капусты с яблоками 60
2. Суп картофельный с гороховой крупой на бульоне из индейки 180
3. Плов из отварной индейки 200
4. Компот из урюка 180
5. Хлеб пшеничный, ржаной 20/45

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
18,91	14,95	106,15	644,15

Полдник

1. Кисломолочный напиток 180
2. Булочка дорожная 50

Ужин

1. Фрикадельки рыбные отварные 80
2. Картофель запеченный 140
3. Напиток из шиповника 180/6
4. Хлеб пшеничный 30

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
28,71	20,97	101,77	707,98

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
57,42	46,42	257,26	1716,19

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ на 10 сентября 2025 год

Завтрак

1. Каша манная молочная с маслом сливочным 140/4
2. Чай с сахаром и молоком 170/6
3. Бутерброд с маслом сливочным 25/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
8,83	11,22	45,88	320,00

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
0,40	0,40	9,18	47,00

Обед

1. Салат из свежей капусты с яблоками 40
2. Суп картофельный с гороховой крупой на бульоне из индейки 150/10
3. Плов из отварной индейки 150
4. Компот из урюка 150
5. Хлеб ржаной 30

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
14,42	11,75	83,24	504,12

Полдник

1. Кисломолочный напиток 150
2. Булочка дорожная 35

Ужин

1. Фрикадельки рыбные отварные 50
2. Картофель запеченный 120
3. Напиток из шиповника 150/5
4. Хлеб пшеничный 20

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
20,38	15,89	69,14	525,25

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
55,50	52,30	211,34	1534,56