

УТВЕРЖДАЮ:
ЗАВЕДУЮЩИЙ ЦТОВУ «ЦРР
- ДЕТСКИЙ С/Д «ПЕЛЕНОК»
А.Е. СУРКОВА

МЕНЮ на 20.10.2025 г.					
2 день(сад)					
Наименование блюда	масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки г	Жиры г	Углеводы	
Завтрак					
Суп маннйй молочный	180	4,4	4,7	17,8	124,5
Какао с молоком	180	3,5	2,9	16	105
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Масло (порциями)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	405	11	11,9	53,9	361,6
II Завтрак					
Сок фруктовый (овощной)	180	2,5	2,7	15,1	89,4
Итого за приём пищи:	180	2,5	2,7	15,1	89,4
Обед					
Салат из морской капусты	60	0,6	0,1	0,3	5
Суп с мясными фрикадельками	180	4,2	9,2	25,7	225,7
Рыба,запеченая в сметане с картофелем	200	11,3	12,1	38,5	276,1
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	5,8	23,2
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого за приём пищи:	670	19,4	21,8	91,5	632
Полдник					
Вафли	50	2,3	5,4	30,1	154,1
Молоко кипячёное	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за приём пищи:	250	7,9	10,3	39,4	258,9
Ужин					
Сырники из творога	150	9,5	10,9	13,9	182,3
Соус сладкий на сгущенном молоке	50	0,7	3,3	4,7	49,3
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,3	0,3	21,6	120,6
Чай с сахаром	180	0,1	0	9	36,3
Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	16,6	69,2
Итого за приём пищи:	520	12,2	14,7	65,8	457,7
Всего за день:	2025	53	61,4	265,7	1799,6