

УТВЕРЖАЮ

Заведующий МБДОУ

Белоярский детский сад «Теремок»

Н.А. Кузубина

МБДОУ Белоярский детский сад «Теремок»

меню на 27 августа 2025 г.

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
завтрак	каша вязкая молочная пшённая	130/150	85,8/121,4 ккал.
	бутерброд с маслом	30-5/40-5	60-33,5/80-33,5 ккал.
	какао с молоком	200/250	100,67/125,1 ккал.
всего завтрак		365гр./445гр.	279,97/360,0 ккал.
2-ой завтрак	кефир	120/150	72,0/90,0 ккал.
всего 2-ой завтрак		120/150	72,0/90,0 ккал.
обед	винегрет с растительным маслом	30/50	33,5/55,8 ккал.
	суп картофельный с клёцками	150/200	70,2/93,5 ккал.
	голубцы ленивые	160/200	233,4/246,8 ккал.
	соус молочный основной	20/40	47,7/95,4 ккал.
	компот из смеси с/ф	150/200	60,8/81,0 ккал.
	хлеб ржано-пшеничный	40/50	44,4 /55,5 ккал.
всего обед		550гр./740р.г	490,0/628,0 ккал.
уплотнённый полдник	макароны отварные с сыром	130/200	180,01/264,93 ккал.
	хлеб пшеничный	30/40	60/80 ккал.
	чай без сахара	200/210	1,4/1,47 ккал.
	пряник	90/90	178,6/178,0 ккал.
всего уплотнённый полдник		450гр./540гр.	420,0/525,0ккал.
итого день	дети до 3-х лет	1485гр.	1261,97 ккал.
	дети от 3-х до 7-ми лет	1875гр.	1603,0 ккал.