

Заведующий МБДОУ
Белоярский детский сад «Теремок»
Н.А.Бущубина

МБДОУ Белоярский детский сад «Теремок»

меню на 28 августа 2025г.

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
завтрак	каша молочная манная	150/180	173,5/240,4 ккал
	чай без сахара	150/160	0,5/0,6 ккал.
	бутерброд с повидлом	30-20/40-20	60-32/80-32 ккал.
всего завтрак		350гр./400гр.	266,0/353,0 ккал.
2-ой завтрак	сок абрикосовый с мякотью	100/130	70/90 ккал.
всего 2-ой завтрак		100гр./130гр.	70/90 ккал.
обед	салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	30/50	23,4/ 39,0 ккал.
	борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/ 180	128,7/ 154,44 ккал.
	тефтели рыбные (минтай)	50/70	102,8/ 143,9 ккал.
	пюре картофельное	110/130	158,8/ 194,7 ккал.
	компот из яблок	150/200	31,9/ 42,5 ккал.
	хлеб ржано-пшеничный	40/50	44,4/ 55,5 ккал.
всего обед		530гр./680гр.	490,0/630,04 ккал.
уплотнённыйпо лдник	суп молочный с рисом	150/200 гр.	114,20/207,50 ккал.
	чай с сахаром	150/200	26,8/33,5 ккал.
	яблоко	100/100	42,0/42,0 ккал.
	хлеб пшеничный	30/40	60,0/80,0 ккал.
	булочка «ванильная»	60/60	177,0/177,0
всего уплотнённыйпо лдник		490гр./600гр.	420,0/540,0 ккал.
итого день	дети до 3-х лет	1470гр.	1246,0 ккал.
	дети от 3-х до 7-ми лет	1810гр.	1613,04 ккал.