

МБДОУ Белоярский детский сад «Теремок»

меню на 4 апреля 2025 г.

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	энергетическая ценность
завтрак	каша молочная «Дружба»	130/150	83,5/125,6 ккал.
	чай без сахара	150/200	0,5/1,4ккал.
	мармелад	40/45	136,0/153,0 ккал.
	хлеб пшеничный	30/40	60/80 ккал.
всего завтрак		350гр./435гр.	280,0/360,0 ккал.
2-ой завтрак	напиток из шиповника	150/200	67,34/90,0 ккал.
всего 2-ой завтрак		150/200	67,34/90,0 ккал.
обед	кукуруза сахарная	30/50	57,1/95,2 ккал.
	свекольник	150/200	86,3/115,1 ккал.
	котлеты из курицы	50/70	84,3/ 118,8 ккал.
	горошница	120/150	158,2/204,8 ккал.
	кисель из облепихи	150/200	54,1/ 58,8 ккал.
	хлеб ржано-пшеничный	40/50	44,4 /55,5 ккал.
всего обед		540гр./720г	484,40/648,0ккал.
уплотнённый полдник	запеканка из творога	160/200	219,34/311,1 ккал.
	соус молочный натуральный	40/40	95,4/95,4ккал.
	чай с сахаром	200/250	26,8/33,5 ккал.
	мандарин	100/100	20,0/20,0 ккал.
	хлеб пшеничный	30/40	60,0/80,0 ккал.
всего уплотнённый полдник		530гр./630г	421,54/540,0 ккал.
итого день	дети до 3-х лет	1570гр.	1253,28 ккал.
	дети от 3-х до 7-ми лет	1945гр.	1638,0 ккал.