

## Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Краснопольский детский сад «Малышок»

Меню (с 3 до 7 лет) 09.04.2025г

Приложение №12 к СанПиН 1.2.3685-21

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
<b>8ч. 30 мин.</b>	<b><u>Завтрак</u></b>							
	Каша молочная «Дружба»	200	6,32	10,18	26,34	223,16	0,9	№99
	Чай с молоком	200	2,24	2,56	27,74	142,87	0,64	№182
	Бутерброд с маслом и повидлом	30/5/20	2,4	3,8	28	155,6	-	№ 57-1
<b>10ч. 00. мин.</b>	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>455</b>	<b>10,96</b>	<b>16,54</b>	<b>82,08</b>	<b>338,88</b>	<b>1,54</b>	
	<b><u>Второй завтрак</u></b>							
	Сок яблочный	100	1	0,2	20,2	94	4	№92
<b>11 ч. 45 мин.</b>	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>94</b>	<b>4</b>	
	<b><u>Обед</u></b>							
	Свекольник со сметаной	200	1,7	4,1	9,1	93	14,68	№38
	Рагу овощное с мясом	200	18,7	22,8	18,8	355	11,33	№115
	Напиток из кураги с вит. С	200	0,12	-	17,76	90,7	0,55	№98
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,36	19,88	90,4	-	№101
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,21	10,78	52,22	-	№101
<b>15 ч. 50 мин.</b>	<b>Итого за обед:</b>	<b>690</b>	<b>28,35</b>	<b>30,37</b>	<b>1041,64</b>	<b>719,22</b>	<b>25,23</b>	
	<b><u>Полдник</u></b>							
	Сырники с маслом и сахаром	150	29,37	14,12	46,49	487,5	0,75	№9
	Снежок	200	5,6	5	22	160,4	1	№95
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>350</b>	<b>34,97</b>	<b>19,12</b>	<b>68,49</b>	<b>647,9</b>	<b>2,15</b>	
	<b>Итого за третий день:</b>	<b>1595</b>	<b>55,28</b>	<b>66,23</b>	<b>275,41</b>	<b>1800,00</b>	<b>32,92</b>	