

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Краснопольский детский сад «Малышок»

Меню (с 3 до 7 лет) 14.04.2025г

Приложение №12 к СанПиН 1.2.3685-21

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эн. ц. (ккал)	Вит С	№ рецепта
			Б	Ж	У			
8ч. 30 мин.	<u>Завтрак</u>							
	Каша сборная молочная	200	5	10,47	29,9	339	2	№43
	Чай с молоком	200	2,24	2,56	27,74	142,87	0,64	№182
	Бутерброд с повидлом	30/15	2,34	0,27	16,61	104,7	1,95	№ 57
	Итого за завтрак:	445	9,58	13,3	74,25	524,41	4,59	
10ч. 00. мин.	<u>Второй завтрак</u>							
	Сок яблочный	100	1	0,2	20,2	94	4	№92
	Итого за второй завтрак:	100	1	0,2	20,2	94	4	
11 ч. 45 мин.	<u>Обед</u>							
	Суп крестьянский со сметаной	200	1,64	8,32	8,85	158,25	38,63	№41
	Котлета рыбная	80	8,4	1,63	11,6	136,9	1,53	№10
	Тушёная свекла	150	2,57	4,5	23,6	179,8	-	№24
	Напиток из кураги с вит. С	200	0,12	-	17,76	90,7	0,55	№98
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,21	10,78	52,22	-	№101
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,36	19,88	90,4	-	№101
	Итого за обед:	690	17,62	17,45	95,28	774,27	67,46	
	<u>Полдник</u>							
15 ч. 50 мин.	Пирог с повидлом	100	6,33	5,56	33,66	246,92	0,44	№59
	Снежок	200	5,6	5	22	160,4	1	№95
	Итого за полдник:	300	11,93	10,56	55,66	407,32	1,44	
	Итого за шестой день:	1535	40,13	41,51	245,39	1800,00	77,49	