

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с №4 «Тополек»
Н.В. Исмаилова



МЕНЮ
28.05.2025г.

Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	180	4,8	5,3	24,2	135,5	199
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,5	99,2	416
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2,1	5,9	9,0	106,2	3
Итого за завтрак					340,9	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ФРУКТЫ	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за 2й завтрак					72,6	
ОБЕД						
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	4,7	26,7	152,0	200
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	9,9	11,1	13,4	189,5	322
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	0,8	5,0	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,8	0,6	23,0	80,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,2	0,2	15,0	57,1	
Итого за обед					662,3	
ПОЛДНИК						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	0,8	1,2	42,3	177,0	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,8	5,0	9,0	99,0	420
Итого за полдник					270,5	
УЖИН						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11,5	10,6	17,8	203,3	346
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,2	0,2	15,0	57,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,0	0,0	9,6	41,8	686
Итого за ужин					306,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:				1 658,7		