|  |
| --- |
| ***Утверждаю:*** |
| заведующий МКДОУ № 23 |
| с. Лад -Балка |
| Красногвардейского муниципального округа |
| Ставропольского края |
|  |
|  |

МЕНЮ

10.03.2025 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюдаДень первый | норма | Ккал |
| **Завтрак** |  |  |
| каша вязкая молочная из крупы рисовой | 200 | 177 |
| хлеб пшеничный | 40 | 85,77 |
| масло сливочное | 10 | 66 |
| чай с сахаром | 200/15 | 28 |
| Итого | 450 | 356,77 |
| **Второй завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 200 | 84,8 |
| Итого | 200 | 84,8 |
| **обед** |  |  |
| капуста тушеная | 50 | 37,57 |
| Борщ с фасолью и картофелем | 200 | 156,03 |
| Шницель из мяса говядины | 80 | 275,2 |
| каша гречневая рассыпчатая | 150 | 215,84 |
| хлеб пшеничный | 20 | 42,8 |
| хлеб ржаной | 30 | 77,7 |
| Кисель плодовоягодный (С-витаминизация) | 200 | 119,2 |
| Итого | 730 | 924,34 |
| **Полдник** |  |  |
| Печенье весовое | 60 | 250,26 |
| кофейный напиток с молоком | 200 | 100,6 |
| Итого | 260 | 350,86 |
| Итого за день | 1640 | 1716,77 |

|  |
| --- |
| ***Утверждаю:*** |
| заведующий МКДОУ № 23 |
| с. Лад -Балка |
| Красногвардейского муниципального округа |
| Ставропольского края |
|  |
|  |

МЕНЮ

11.03.2025 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюдаДень второй | норма | Ккал |
| **Завтрак** |  |  |
| каша жидкая молочная из манной крупы | 200 | 251 |
| хлеб целебный йодообогащенный | 40 | 85,77 |
| масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр Российский | 10 | 36 |
| Какао с молоком | 200 | 118,6 |
| Итого | 460 | 535,93 |
| **Второй завтрак** |  |  |
| Фрукты свежие по сезону(яблоки) | 1шт | 19,6 |
| Итого |  | 19,6 |
| **обед** |  |  |
| Икра морковная | 50 | 58,33 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 141,14 |
| Биточки из мяса говядины | 80 | 275,2 |
| Соус красный основной | 50 | 21,7 |
| каша гречневая рассыпчатая | 150 | 472,5 |
| хлеб пшеничный | 20 | 42,8 |
| хлеб ржаной | 30 | 77,7 |
| Компот из сухофруктов(С-витаминизация) | 200 | 132,8 |
| Итого | 780 | 1222,17 |
| **Полдник** |  |  |
| Оладьи с джемом | 80/20 | 1,8 |
| чай с сахаром | 200 | 28 |
| Итого | 280 | 29,8 |
| Итого за день | 1720 | 1881,9 |

|  |
| --- |
| ***Утверждаю:*** |
| заведующий МКДОУ № 23 |
| с. Лад -Балка |
| Красногвардейского муниципального округа |
| Ставропольского края |
|  |
|  |

МЕНЮ

12.03.2025 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюдаДень третий | норма | Ккал |
| **Завтрак** |  |  |
| Омлет натуральный | 80 | 137,15 |
| Икра кабачковая | 80 | 62,4 |
| масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр Российский | 10 | 36 |
| хлеб ржаной | 40 | 85,77 |
| чай с сахаром | 200/15 | 28 |
| Итого | 420 | 415,32 |
| **Второй завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 200 | 84,8 |
| Итого | 200 | 84,8 |
| **обед** |  |  |
| Икра свекольная | 50 | 58,33 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 125,63 |
| Котлеты из птицы | 80 | 212 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 195,7 |
| хлеб пшеничный | 20 | 42,8 |
| хлеб ржаной | 30 | 77,7 |
| Кисель плодовоягодный (С-витаминизация) | 200 | 119,2 |
| Итого | 710 | 831,36 |
| **Полдник** |  |  |
| Ватрушка с творогом | 80 | 208,4 |
| чай с сахаром | 200/15 | 28 |
| Итого | 280 | 236,4 |
| Итого за день | 1640 | 1643,25 |

|  |
| --- |
| ***Утверждаю:*** |
| заведующий МКДОУ № 23 |
| с. Лад -Балка |
| Красногвардейского муниципального округа |
| Ставропольского края |
|  |
|  |

МЕНЮ

13.03.2025 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюдаДень четвертый | норма | Ккал |
| **Завтрак** |  |  |
| каша вязкая молочная из крупы рисовой | 200 | 177 |
| хлеб пшеничный | 40 | 85,77 |
| масло сливочное | 10 | 66 |
| Какао с молоком | 200 | 118,6 |
| Итого | 450 | 447,37 |
| **Второй завтрак** |  |  |
| Фрукты свежие по сезону(яблоки) | 1шт | 19,6 |
| Итого | 200 | 19,6 |
| **обед** |  |  |
| Икра морковная | 50 | 58,33 |
| Суп из овощей со сметаной | 200/10 | 130,24 |
| Котлеты рыбные | 80 | 256 |
| Картофель отварной | 150 | 166,96 |
| хлеб пшеничный | 20 | 42,8 |
| хлеб ржаной | 30 | 77,7 |
| Компот из сухофруктов(С-витаминизация) | 200 | 132,8 |
| Итого | 730 | 864,83 |
| **Полдник** |  |  |
| Лапшевник с творогом со сметаной | 80/20 | 168,8 |
| кофейный напиток с молоком | 200 | 100,6 |
| Итого | 260 | 350,86 |
| Итого за день | 1660 | 1682,66 |

|  |
| --- |
| ***Утверждаю:*** |
| заведующий МКДОУ № 23 |
| с. Лад -Балка |
| Красногвардейского муниципального округа |
| Ставропольского края |
|  |
|  |

МЕНЮ

14.03.2025 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюдаДень пятый | норма | Ккал |
| **Завтрак** |  |  |
| каша вязкая хлопья овсяные «Геркулес» | 200 | 246 |
| хлеб пшеничный | 40 | 85,77 |
| масло сливочное | 10 | 66 |
| чай с лимоном | 200/8 | 62 |
| Итого | 450 | 459,77 |
| **Второй завтрак** |  |  |
| Сок фруктовый | 200 | 84,8 |
| Итого | 200 | 84,8 |
| **обед** |  |  |
| капуста тушеная | 50 | 37,57 |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 136,84 |
| Зразы из кур с омлетом и овощами | 80 | 181,33 |
| каша пшеничная рассыпчатая | 150 | 267 |
| хлеб пшеничный | 20 | 42,8 |
| хлеб ржаной | 30 | 77,7 |
| Кисель плодовоягодный (С-витаминизация) | 200 | 119,2 |
| Итого | 730 | 862,44 |
| **Полдник** |  |  |
| Булочка домашняя | 80 | 284,8 |
| ряженка | 200 | 108 |
| Итого | 280 | 392,8 |
| Итого за день | 1660 | 1799,81 |