

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ  
детский сад «Ручеек» пгт Уни  
Кировской области

\_\_\_\_\_ Н.В.Лыткина

**Меню на 25.06.2025 (для детей 3-7 лет)**

| Прием пищи           | Наименование блюда             | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергети<br>ческая |
|----------------------|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|--------------------|
|                      |                                |              | Б                | Ж            | У             |                    |
| Завтрак 1            | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150          | 6,09             | 5,74         | 25,04         | 174,51             |
|                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ        | 30/5         | 2,6              | 5,1          | 15,6          | 120,6              |
|                      | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200          | 1,5              | 1,3          | 22,4          | 107                |
|                      | <b>Итого</b>                   | <b>435</b>   | <b>10,19</b>     | <b>12,14</b> | <b>63,04</b>  | <b>402,11</b>      |
| Завтрак 2            | СОК                            | 200          | 1                | 0,2          | 19,8          | 92                 |
|                      | <b>Итого</b>                   | <b>200</b>   | <b>1</b>         | <b>0,2</b>   | <b>19,8</b>   | <b>92</b>          |
| Обед                 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ               | 60           | 0,6              | 3,3          | 7,2           | 71,4               |
| Обед                 | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ           | 200          | 7,76             | 3,84         | 10,48         | 111,2              |
|                      | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ            | 150          | 9,35             | 8,48         | 12,95         | 172,5              |
|                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 40           | 1,68             | 0,24         | 13,32         | 58,8               |
|                      | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 180          | 0                | 0            | 9,7           | 38,7               |
|                      | <b>Итого</b>                   | <b>630</b>   | <b>19,39</b>     | <b>15,86</b> | <b>53,65</b>  | <b>452,6</b>       |
| Полдник              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200          | 0,3              | 0            | 20,2          | 60                 |
|                      | МАКАРОНЫ С СЫРОМ               | 160/20       | 9                | 7            | 36,8          | 278,2              |
|                      | <b>Итого</b>                   | <b>380</b>   | <b>9,3</b>       | <b>7</b>     | <b>57</b>     | <b>338,2</b>       |
| На весь день         | Соль йодированная              | 4            | 0                | 0            | 0             | 0                  |
|                      | <b>Итого</b>                   | <b>4</b>     | <b>0</b>         | <b>0</b>     | <b>0</b>      | <b>0</b>           |
| <b>ИТОГО НА ДЕНЬ</b> |                                | <b>1649</b>  | <b>39,88</b>     | <b>35,2</b>  | <b>193,49</b> | <b>1284,91</b>     |

Исп: медсестра

Повар