Утверждено
Заведующий МКДОУ «Светлоярский д/с №3

_____ О.А.Юдичева

МЕНЮ

на «15» июля 2025г.
День: вторник (Неделя : вторая)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	1,5-3г	3-7г	1,5-3	3-7г
Каша «Геркулесовая» молочная	150	200	182.11	239.3
Батон	30	40	78	104
Чай с сахаром,лимоном	150	200	61.2	79.1
Итого:	**330**	**440**	**321.33**	**422.4**
2-й завтрак Сок яблочный	**100**	**100**	**30.3**	**30.3**
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая	
Обед				
Свекольник со сметаной	180	200	130	197.1
Ёжики (говядина) в томатном соусе	75	85	229	272
Картофельное пюре (ясли)	140		186	
Гороховое пюре (сад)		130		241.12
Компот из с/ф	150	200	68.1	82.3
Хлеб пшеничный	30	40	64.3	85.77
Хлеб ржано-пшеничный	30	40	56.7	75.6
Итого:	**605**	**695**	**734.1**	**953.89**
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая	
Полдник				
Ватрушка с творогом	90	100	233.96	256.96
Кофейный напиток с молоком	150	200	82.6	90.2
Итого:	**240**	**300**	**316.56**	**347.16**
Всего: за целый день	**1275**	**1535**	**1402.29**	**1753.75**