УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 12 марта 2025 года

 Сад (3-7 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Вермишель молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 18019025/5 | 4,7502,52 | 5,9604,59 | 16,78,9814,47 | 138,258105,5 | 44 2641 |
|  | За завтрак | 400 | 7,27 | 10,55 | 40,15 | 301,7 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 80 | 0,3 | 0,3 | 8,6 | 40 | 88 |
| Обед |  Салат ПриморскийРассольник со сметаной и курицейПлов с мясомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 4018018018055 | 0,554,121,30,512,9 | 5,087,1616,100,6 | 0,9120,9331,224,2326,9 | 7414535490126 | 19334112418 |
|  | За обед | 645 | 27,93 | 26,91 | 85,33 | 718,23 |  |
| Ус. полдник | Запеканка из творогаМолочный соусЧай | 13050180 | 177,00 | 155,50 | 22,86,6713 | 3004590 | 230225264 |
|  | За полдник | 350 | 17,0 | 20,5 | 42,47 | 435 |  |
|  | Всего за день |  | 53,7 | 49,06 | 206,5 | 1494,93 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 12 марта 2025года

Ясли (1-3 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак |  Вермишель молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 16016520/5 | 3,5201,69 | 5,2104,44 | 14,36,989,66 | 121,254082,8 | 442641 |
|  | За завтрак | 350 | 5,21 | 9,65 | 30,94 | 244 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 80 | 0,3 | 0,3 | 8,6 | 40 | 88 |
| Обед | Салат приморскийРассольник со сметаной и курицейПлов с мясомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 3015015015040 |  0,413,2817,80,421,88 | 3,813,0813,700,28 |  0,6816,7627,3220,4519,92 | 55,5116,13048385,60 |  19334112412 |
|  | За обед | 520 | 22,67 | 20,77 | 71,37 | 581,3 |  |
| Ус. полдник | Запеканка из творога Молочный соусЧай  | 12040150 | 13,63,50 | 11,93,370 | 18,24,0810,83 | 2404075 | 230225264 |
|  | За полдник  | 310 | 17,1 | 15,27 | 33,11 | 355 |  |
|  | Всего за день |  | 46,28 | 47,07 | 162,0 | 1200,3 |  |