



Утверждаю:
заведующий МАДОУ № 33
Захарова О.Ю

Ежедневное меню

День: **Вторник**

Неделя: **вторая 2 день**

| № | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | | БЖУ | | | к/кал |
|--------------------------|--|--------------|------------|--------------|-------------|-----------------|-------------|
| | | Ясли | Сад | белки я/с | жиры я/с | углеводы я/с | |
| 8.00-8.25 | Завтрак | | | | | | |
| 1 | Каша пшеничная я молочная с маслом сливочным | 150 | 200 | 4,7/6,3 | 5,5/7,4 | 20,4/27,2 | 151,5/202,0 |
| 3 | Батон обогощ.(валитек-8) с маслом сливочным | 20/5 | 30/7 | 3,8/5 | 5,1/6,6 | 10,9/14,1 | 106,5/137,0 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,7/3 | 2,9/3 | 12/13,4 | 80,1/89,0 |
| | Итого за завтрак | 325 | 437 | | | | |
| 10.00 | 2 Завтрак | | | | | | |
| | Фрукт (банан) | 100 | 100 | 0,36/0,36 | 0,36/0,36 | 8,82/8,82 | 42,3/42,3 |
| | Итого за 2 завтрак | | | | | | |
| 11.45-12.45 | Обед | | | | | | |
| 1 | Икра кабачковая | 30 | 35 | 0,41/0,8 | 0,8/0,9 | 2,04/4,1 | 12,0/16,0 |
| 2 | Борщ со сметаной | 150 | 180 | 2,0/2,6 | 2,7/3,5 | 7,1/9,4 | 60,8/81,0 |
| 3 | Суфле из печени, соус молочный с овощами | 60/20 | 80/30 | 7,5/10,1 | 1,5/2,0 | 1,5/2,0 | 50,2/67 |
| 5 | Картофельное пюре | 100 | 130 | 2,0/2,6 | 2,8/3,6 | 13,7/17,8 | 90,0/117,0 |
| 6 | Кисель витаминизированный | 150 | 180 | 1,7/0,2 | 0,07/0,01 | 12,51/13,8 | 51,2/53,2 |
| 8 | Хлеб дарницкий обогощен.(валетек-8) | 30 | 37 | 2,04/2,51 | 0,27/0,33 | 14/17,2 | 67,8/83,6 |
| | Итого за обед | 540 | 672 | | | | |
| 15.05.- 15.50 | Полдник | | | | | | |
| 1 | Пудинг из творога с морковью | 90 | 100 | 3,7/4,3 | 4,22/4,9 | 20/23,4 | 133/155,2 |
| 3 | Соус фруктовый | 20 | 20 | 1,2/1,2 | 2,35/2,35 | 7,4/7,4 | 54,8/54,8 |
| 2 | Чай с лшимоном | 150 | 200 | 0,03/0,04 | 0,01/0,01 | 6,82/9,0 | 26,2/35,0 |
| | Итого за полдник | 250 | 320 | | | | |

Рекомендуемый ужин: капуста тушеная, сосиска детская, батон, чай. 21.00- биокефир.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890880

Владелец Захарова Ольга Юрьевна

Действителен с 08.05.2024 по 08.05.2025