



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