

# МЕНЮ

5 июня 2025г.

| Прием пищи | Блюдо                          | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
|            | <i>Каша геркулесовая</i>       | 200      | 180,68       | 5,78  | 8,64  | 19,86    |
|            | <i>Кофейный напиток</i>        | 180      | 103,37       | 3,38  | 3,71  | 14,33    |
|            | <i>Хлеб с маслом</i>           | 30/7     | 75,30        | 1,64  | 3,28  | 0,28     |
|            |                                |          |              |       |       |          |
| Завтрак 2  | <i>Яблоко</i>                  | 115      | 47,00        | 0,40  | 0,40  | 0,80     |
| Обед       | <i>Рассольник</i>              | 200      | 164,50       | 5,31  | 8,23  | 17,02    |
|            | <i>Гуляш</i>                   | 100      | 200,30       | 14,34 | 14,56 | 3,02     |
|            | <i>Каша перловая с овощами</i> | 120      | 113,41       | 2,84  | 2,54  | 19,69    |
|            | <i>Компот из сухофруктов</i>   | 180      | 37,30        | 0,05  | 0,00  | 9,79     |
|            | <i>Хлеб пшеничный</i>          | 40       | 94,00        | 3,16  | 0,40  | 19,32    |
|            | <i>Хлеб ржаной</i>             | 50       | 100,50       | 3,85  | 0,70  | 18,85    |
| Полдник    | <i>Пирог с повидлом</i>        | 70       | 193,10       | 4,60  | 2,04  | 37,44    |
|            | <i>Чай с лимоном</i>           | 200      | 23,69        | 0,16  | 0,00  | 5,60     |
|            | <i>Яблоко</i>                  | 115      | 47,00        | 0,40  | 0,40  | 0,80     |
| Ужин       | <i>Рагу из овощей</i>          | 180      | 208,08       | 2,95  | 8,55  | 15,39    |
|            | <i>Какао с молоком</i>         | 180      | 130,65       | 3,98  | 4,23  | 195,30   |
|            | <i>Хлеб пшеничный</i>          | 30       | 47,00        | 1,58  | 0,20  | 9,66     |

Старшая медсестра

Заведующий МАДОУ



Наместникова Т.Н.

Миронова О.В.