

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аминева Олеся Юрисовна



СОГЛАСОВАНО
ДЕТСКИЙ САД "Мечта" с. Кармаскалин
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАСКАЛИНСКИЙ
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН



МЕНЮ
на 20.03.2025 четверг
Сад (с 3 до 7 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Масло (порциями)	5	33	0,04	3,63	0,07
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	73	2,43	0,30	14,64
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24
Каша молочная "Дружба" (2вар)	150	178	6,69	6,92	24,00
Пищевая ценность		347	10,58	12,28	49,95
Второй завтрак					
Кисель из концентрата (без сахара)	100	38			10,00
Пищевая ценность		38			10,00
Обед					
Хлеб ржаной (пшеничный)	30	66	2,40	1,05	12,75
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	73	2,43	0,30	14,64
Огурец соленый (порциями)	25	4	0,23	0,03	0,71
Напиток яблочный (2вар)	180	78			15,84
Суп лапша по-домашнему	180	73	2,16	4,77	9,55
Жаркое по-домашнему с говядиной	160	309	10,74	14,86	33,37
Пищевая ценность		602	17,96	21,00	86,87
Полдник					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,20	9,76
Чай с сахаром	200	40	0,10	0,03	9,98
Плюшка новомосковская	50	116	4,70	7,00	10,20
Каша молочная Артек жидкая с/с 2ВАР	130	145	4,10	4,50	20,00
Пищевая ценность		349	10,52	11,73	49,94
Итого за день: Стоимость 146 рублей. Пищевая ценность		1337	39,07	45,01	196,75