

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аминаева Олеся Юрисовна



СОГЛАСОВАНО
ДЕТСКИЙ САД "Триглы" с. Кармаскалы
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАСКАЛИНСКИЙ
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

А.Ф. Дильмухаметова

МЕНЮ
на 25.03 2025 вторник
Сад (с 3 до 7 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Чай с молоком и сахаром	200	64	1,42	1,43	11,24
Бутерброды с повидлом	30/10/5	95	3,40	5,00	20,56
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	155	188	5,99	5,06	20,36
Пищевая ценность		347	10,81	11,49	52,16
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	43	0,37		10,28
Пищевая ценность		43	0,37		10,28
Обед					
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	44	1,60	0,70	8,50
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,20	9,76
Огурец соленый (порциями)	25	4	0,23	0,03	0,71
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	180	111	0,45	0,09	18,09
Картофельное пюре	130	138	3,10	5,00	25,50
Гуляш из мяса птицы	70	160	8,40	8,75	3,50
Суп лапша по-домашнему	180	118	3,15	5,40	25,20
Пищевая ценность		623	18,55	20,17	91,26
Полдник					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,20	9,76
Чай с сахаром	180	36	0,09	0,03	8,98
ватрушка с творогом	50	114	5,00	5,80	12,40
Каша молочная Артек жидкая с/с 2ВАР	150	150	4,00	6,00	21,20
Пищевая ценность		348	10,71	12,03	52,34
Итого за день: Стоимость 146 рублей. Пищевая ценность		1361	40,44	43,69	206,04