

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аминова Олеся Юрисовна



СОГЛАСОВАНО
ДЕТСКИЙ САД № 1 "Искра" с. Кармаскалы
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАСКАЛИНСКИЙ
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН



МЕНЮ
на 03.03.2025 понедельник
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
Кофейный напиток с молоком	200	87	3,00	1,00	12,77
Каша манная молочная жидкая с сахаром	185	179	4,90	5,50	22,40
Пищевая ценность		372	10,37	10,43	49,88
Второй завтрак					
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80
Пищевая ценность		44	0,40	0,40	9,80
Обед					
салат картофельный с солеными огурцами	50	53	0,63	3,45	8,25
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	44	1,60	0,70	8,50
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,20	9,76
Напиток лимонный	180	67	0,05	0,01	16,52
Суп крестьянский с пшеном	205	139	4,18	6,97	24,93
Паста томатная с курицей(2в)	150	291	11,63	10,88	27,38
Пищевая ценность		641	19,71	22,20	95,33
Полдник					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	73	2,43	0,30	14,64
Чай с сахаром(2вар)	190	33	0,10	0,02	9,41
ватрушка с творогом	50	114	5,00	5,80	12,40
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	130	138	3,50	5,50	15,20
Пищевая ценность		358	11,03	11,62	51,64
Итого за день: Стоимость 146 рублей. Пищевая ценность		1415	41,50	44,65	206,65