



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ д/с № 44 «Алёнушка»
Е.В. Чернявская

Меню

приготовления блюд «08» сентября 2025 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,4	4,6	18,0	134,2
	Чай с молоком	200	2,8	2,2	10,8	74,0
	Бутерброд с маслом	30	2,1	5,9	9	106,2
Второй завтрак	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,45	0,42	10,5	72,6
Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	4,8	4,0	13,4	109,2
	Каша гречневая	130	3,7	2,9	16,5	107,8
	Печень говяжья по-строгановски	80	13,3	12,7	5,4	189,2
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	10,9	45,7
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	12	45,7
	Хлеб ржаной	30	1,1	0,4	13,8	48
Полдник	Булочка ванильная	50	3,6	3,4	27,7	155,2
	Кисломолочный продукт	200	5,4	5	21,6	153
Ужин	Салат из моркови	50	0,9	7	2,8	86,1
	Сырники с соусом сметанным	160	21,0	12,3	29,3	312,2
	Молоко кипяченое	200	5,4	4,4	8,8	96,4
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,2	9,2	32
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	12	45,7