



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
«Детский сад № 75» г. Чебоксары
Е.О. Николаева
приказ от 27.05.2025 г. № 98

МЕНЮ приготавливаемых блюд
ЯСЛИ (от 1 года до 3 лет)
ДЕНЬ 6

| Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 180 | 5,9 | 8 | 21,75 | 186,97 | № 30 |
| Кофейный напиток | 200 | - | - | 11,88 | 45,48 | № 44 |
| Батон с маслом | 40/5 | 4,67 | 6,76 | 19,66 | 125,85 | № 5 |
| Всего за завтрак | 425 | 10,57 | 14,76 | 53,29 | 358,3 | |
| <i>Второй завтрак</i> | | | | | | |
| Чай с соком | 150 | 0,15 | - | 16,38 | 64,88 | № 98 |
| Пряник | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,33 | 102,63 | |
| Всего за второй завтрак | 180 | 1,11 | 0,84 | 40,71 | 167,51 | |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| Помидор свежий | 30 | 0,18 | 0,06 | 1,26 | 5,97 | № 61 |
| Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне | 150 | 4,19 | 4,92 | 10,52 | 90,32 | № 83 |
| Котлета аппетитная | 60 | 11,35 | 9,95 | 4,97 | 152,65 | |
| Каша гречневая | 110 | 2,78 | 2,78 | 13,68 | 87,54 | № 27 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 0,07 | 0,07 | 11,62 | 45,82 | № 39 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,47 | 0,3 | 13,8 | 61,5 | № 95 |
| Всего за обед | 530 | 20,04 | 18,08 | 55,85 | 443,8 | |
| <i>Уплотненный полдник</i> | | | | | | |
| Омлет | 135 | 10,89 | 15,73 | 3,82 | 199,49 | № 75 |
| Напиток из сухофруктов | 150 | 0,3 | - | 12,43 | 47,84 | № 53 |
| Батон | 20 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 | № 5 |
| Яблоко | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,31 | 39,9 | № 102 |
| Всего за уплотненный полдник | 400 | 13,88 | 17,01 | 40,26 | 356,83 | |
| ИТОГО за день: | | 45,6 | 50,69 | 190,11 | 1326,44 | |