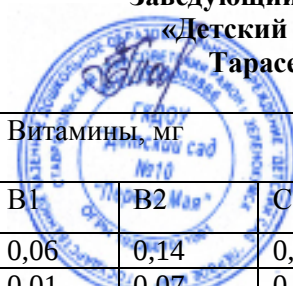


ЛЕТНЕ ОСЕННЕЕ МЕНЮ
Неделя: первая, день
ВТОРНИК
24.06.2025 г.

Утверждаю:
Заведующий ГКДОУ
«Детский сад № 10»
Тарасенко Е.А.



№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции (г)	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
	ЗАВТРАК		Б	Ж	У		Ca	Fe	B1	B2	C
132	Каша манная молочная жидкая	205	6	8,2	29,3	215	125,4	0,4	0,06	0,14	0,22
396	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2,57	1,75	18,6	100,8	114,6	0,07	0,01	0,07	0,34
878	Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5	9,9	1,26	0,06	0,02	0
	Итого:	415	11,03	10,36	48,28	374,3	249,9	1,73	0,13	0,23	0,56
	2-ЗАВТРАК										
368г	Бананы свежие -1шт	100	1,5	0,5	21	95	8	0,6	0,04	0,05	10
	ОБЕД										
134	Свекла тушеная в сметане	60/12	1,25	3,67	5,75	61,2	28,8	0,83	0,02	0,04	0,81
81	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,1	4,28	12,9	106,6	40,22	1,44	0,12	0,06	4,66
258	Жаркое по-домашнему (из мяса говядины)	220/130	25,3	24,75	22,7	415,47	32,78	4,18	0,22	0,22	11,99
376	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,98	101,7	28,63	1,11	0	0	0,36
878	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,28	0,26	39	6,6	0,84	0,05	0,02	0
879	Хлеб ржаной «Шпаковский»	37	2,44	0,44	0,44	66,97	12,95	1,44	0,07	0,03	0
	Итого:	717	35,13	33,44	67,03	790,94	149,98	9,84	0,48	0,37	17,82
	ПОЛДНИК										
140/2	Ватрушка с повидлом	100	10,48	10,9	33,11	287,3	67,84	0,91	0,08	0,16	0,005
400	Молоко кипяченое	180	5,49	4,9	9,09	102,01	227,52	0,2	0,07	0,29	2,47
	Итого:	280	15,97	15,8	42,2	389,31	295,36	1,11	0,16	0,45	2,47
	Всего:	1512	63,63	60,1	178,5	1649,5	703,24	13,28	0,81	1,1	20,85