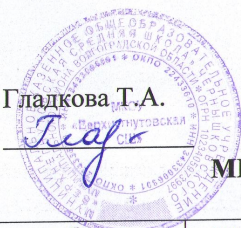


Утверждаю:

Директор Гладкова Т.А.



МКОУ "Верхнегнутовская СШ" дошкольная группа
Меню на 16 октября 2025г.

Меню на 16 октября 2025г.														
наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал.	вита- мин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергети- ческая ценность Ккал	вита- мин С	№ рецеп- туры	
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы				
Возраст 1-3 лет							Возраст 3-7 лет							
Завтрак														
Каша жидкая пиѐнная с молоком и маслом	150	7,55	7,8	31,71	226	2,15	205	7,94	8,06	32,12	163,34	2,3	185	
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	40	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1	
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,03	8,0	30,32	0,07	392	
Второй завтрак														
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200			23	92	3,75		
Обед														
Овощи по сезону (огурцы)	40	0,5	0,1	1,5	8,1	6	60	0,9	0	1,8	10,9	3,2		
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,66	4,38	19,68	131,75	19,5	200	2,66	4,38	19,68	131,75	19,5	82	
Каша рассыпчатая рисовая	120	3,51	1,95	35,72	178,22	0	150	3,51	1,95	35,72	178,22	0	313	
Печень по-строгановски	60	3,6	11,4	2,64	127,08	0	100	6	19	4,4	211,8	0	507	
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	180	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376	
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0		
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0		
Полдник														
Йогурт	100	2,1	5,0	14,9	115		100	2,1	5,0	14,9	115			
Печенье	45	3,7	4,4	37,8	213	0	45	3,7	4,4	37,8	213	0		
итого за 4 день	1236	29,7	43,325	215,5	1391,78	31,59	1528	34,37	51,01	231,93	1468,92	28,96		