

Меню на 18.04.2025

Утверждаю

Директор МБОУ № 66

Керимова А.В

Меню для воспитанников группы раннего возраста (2г-3г)



| Завтрак              | Нор | Б    | Ж    | У     | Калл. | Обед                      | Нор | Б     | Ж    | У     | Калл. | Полдник         | нор | Б    | Ж    | У     | Калл. |
|----------------------|-----|------|------|-------|-------|---------------------------|-----|-------|------|-------|-------|-----------------|-----|------|------|-------|-------|
| Каша манная молочная | 150 | 4.8  | 3.2  | 30.4  | 220   | Суп гороховый             | 180 | 4.09  | 4.28 | 23.91 | 102.6 | Каша гречневая  | 120 | 8.19 | 5.8  | 36.7  | 232.1 |
| Чай сладкий          | 150 | 0.04 | 0.01 | 6.9   | 28    | Жаркое подомашнему        | 150 | 27.53 | 7.47 | 21.95 | 265   | Хлеб пшён.      |     | 1.52 | 0.16 | 9.84  | 46.88 |
| Хлеб пшеничный       | 20  | 1.52 | 0.16 | 9.84  | 46.88 | Кукуруза консервированная | 40  | 4.6   | 0.2  | 5.6   | 29    | Какао с молоком | 180 | 3.15 | 2.72 | 12.96 | 89    |
| Масло сливочное      | 5   | 0.04 | 3.63 | 0.065 | 33    | Компот из сухофруктов     | 180 | 0.23  | 0.01 | 18.28 | 81    |                 |     |      |      |       |       |
| 2 завтрак            |     |      |      |       |       | Хлеб пшеничный            | 20  | 1.52  | 0.16 | 9.84  | 46.88 |                 |     |      |      |       |       |
| Яблоки               | 95  | 0.4  | 0.4  | 9.8   | 44.4  |                           |     |       |      |       |       |                 |     |      |      |       |       |

6

Меню для детей дошкольного возраста (3 г-7 лет)

| Завтрак              | Нор | Б    | Ж    | У     | Калл. | Обед                      | Нор | Б    | Ж    | У    | Калл. | Полдник         | норма | Б    | Ж   | У     | Калл. |
|----------------------|-----|------|------|-------|-------|---------------------------|-----|------|------|------|-------|-----------------|-------|------|-----|-------|-------|
| Каша манная молочная | 200 | 60.8 | 7.07 | 31.22 | 212.9 | Суп гороховый             | 250 | 33.4 | 23   | 81.4 | 665.7 | Каша гречневая  | 150   | 8.3  | 6.3 | 36    | 233.7 |
| Чай сладкий          | 200 | 0.02 | 0    | 6.5   | 26.8  | Жаркое подомашнему        | 200 | 20.1 | 18.7 | 17.2 | 318   | Хлеб пшён.      | 75    | 5.7  | 0.6 | 36.9  | 175.8 |
| Хлеб пшеничный       | 75  | 5.7  | 0.6  | 36.9  | 175.8 | Кукуруза консервированная | 60  | 1.2  | 0.2  | 6.1  | 21.3  | Какао с молоком | 200   | 3.29 | 2.8 | 14.91 | 98    |
| Масло сливочное      | 10  | 0.1  | 7.2  | 0.1   | 66.1  |                           |     |      |      |      |       |                 |       |      |     |       |       |
| 2 завтрак            |     |      |      |       |       | Хлеб пшеничный            | 75  | 5.7  | 0.6  | 36.9 | 175.8 |                 |       |      |     |       |       |
| Яблоки               | 100 | 0.4  | 0.4  | 9.67  | 44.4  | Компот из сухофруктов     | 200 | 0.5  | 0    | 19.8 | 81    |                 |       |      |     |       |       |