ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2C38A42B00A74573692C2DBCF23B141B
Владелец: Жапасбаева Сарбиназ Калиоповна
Действителен: с 25.10.2024 до 18.01.2026

Утверждаю: заведующий МДОУ «Детский сад» с.Караганка _____С.К.Жапасбаева

Ежедневное меню питания детей дошкольного возраста (1,5-7лет) (2 неделя 6 день -понедельник) на 10.03.2025г.

1,5-3г	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Fe	В 1	В 2	С		3-7 лет	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Fe	В 1	В 2	С
завтрак												завтрак										
каша пшеничная молочная	150	5.23	7.35	17.43	156.81	168.56	0.31	0.07	0.21	0.98		каша пшеничная молочная	200	7.68	8.71	27.41	219.13	225.54	0.50	0.10	0.28	1.30
сыр порционно	10	2.68	2.73	0.00	36.00	88.00	0.10	0.00	3.00	0.07		сыр порционно	15	4.02	4.10	0.00	54.00	132.00	0.15	0.01	4.50	0.11
какао с молоком	150	2.94	2.53	11.46	78.71	112.53	0.44	0.04	0.14	1.20		какао с молоком	180	3.56	3.05	15.35	100.88	134.86	0.58	0.05	0.17	1.43
пшеничный хлеб	20	1.52	0.18	9.94	45.20	4.60	0.40	0.03	0.01	0.00		пшеничный хлеб	30	2.28	0.27	14.91	67.80	6.90	0.60	0.05	0.02	0.00
2-й завтрак												2-й завтрак										
к.м. продукция "Йогурт"	150	6.15	2.25	8.85	85.50	186.00	0.15	0.05	0.23	0.90		к.м. продукция "Йогурт"	200	8.20	3.00	11.80	114.00	248.00	0.20	0.06	0.30	1.20
обед												обед										
икра кабачковая	40	0.49	3.03	2.62	39.62	12.43	0.45	0.01	0.01	3.25		икра кабачковая	60	0.73	5.05	3.92	63.86	18.53	0.67	0.01	0.02	4.85
суп гороховый с гренками	150\11	4.62	2.53	20.36	122.26	22.19	1.58	0.16	0.06	3.85		суп гороховый с гренками	250\20	7.88	3.90	35.12	205.92	37.41	2.68	0.28	0.09	6.35
плов из мяса	160	13.61	12.29	21.10	252.39	17.61	1.87	0.04	0.09	0.00		плов из мяса	200	17.19	16.01	26.33	321.56	22.07	2.36	0.05	0.12	0.00
компот из кураги и изюма вит.	150	0.22	0.01	15.88	63.20	11.40	0.63	0.00	0.00	0.20		компот из кураги и изюма вит.	200	0.29	0.01	19.65	78.37	14.79	0.82	0.00	0.01	0.26
хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	67.80	6.90	0.60	0.05	0.02	0.00		хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	19.88	90.40	9.20	0.80	0.06	0.02	0.00
хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	8.70	1.17	0.05	0.02	0.00		хлеб ржаной	40	2.64	0.48	15.84	79.20	11.60	1.56	0.07	0.03	0.00
полдник												полдник										
коржик	60	3.24	6.05	26.80	186.80	82.49	0.56	0.05	0.14	0.08		коржик	80	4.07	7.01	32.81	225.40	109.94	0.73	0.07	0.18	0.11
сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	14.00	2.80	0.02	0.02	4.00		сок фруктовый	200	1.00	0.20	20.20	92.00	14.00	2.80	0.02	0.02	4.00
итого за весь день		45.96	39.78	181.43	1285.69	735.41	11.06	0.57	3.95	14.53		итого за весь день		62.58	52.15	243.22	1712.52	984.84	14.45	0.83	5.76	19.61