

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Центр образования № 14»

Н.В. Кулешова

20.06.2025

МЕНЮ
питания воспитанников дошкольных групп
МКОУ «Центр образования № 14»
20.06.2025

№ рец.	Наименование блюда	Выход (г)		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Содержание витамина С (мг)	Сумма За день
		1-3 года	3-7 лет	Б	Ж	У			
ЗАВТРАК									
86	Каша рисов.молоч.	160	170	80,67	80,47	52,89	320,44	0,05	22,85
260	Чай с лимоном	180	180	0,23	-	57,95	58,94	0,1	1,97
1	Булка с маслом	32/5	32/5	2,34	4,8	15,02	114	-	6,23
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
	Яблоко	30	30	0,3	-	13,8	55	5,2	4,50
ОБЕД									
	Салат из свеж капус.	25	25	0,09	0,019	0,67	3,98	22,5	3,30
37	Суп гречневый на м/кост. бул.	200	250	6,81	4,54	18,34	139,5	1,93	11,70
60	Картоф. пюре	120	130	6,18	15,57	20,69	288,65	51,7	27,35
	Биточки куриные	30	50	3,87	12,15	16,08	314,24	-	3,54
256	Компот из сухофруктов	180	180	0,32	-	22,65	89,85	-	2,62
	Хлеб	36	36	1,88	0,4	18,4	88	-	2,09
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
59	Макароны с маслом, сахаром	120	120	0,8	0,73	0,044	9,81	-	21,50
260	Чай лимонный	180	180	0,23	-	57,95	58,94	0,1	1,97
1	Сушки	25	25	2,34	4,8	15,02	114	-	6,23