

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 34 «БЕЛОЧКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

МЕНЮ

Врио. Заведующего МАДОУ №34 М.А. Мартынова

на «16» октября 2025 Г.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	4,8	5,3	24,7	135,5
Какао с молоком	200	3,3	3,2	12,5	99,2
Бутерброд с сыром	30	2,1	5,9	9	106,2
Итого за завтрак	410	10,2	14,4	46,2	340,9
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
Фрукт	100	0,45	0,42	10,5	72,6
Итого за второй завтрак	100	0,45	0,42	10,5	72,6
ОБЕД					
Рассольник ленинградский со сметаной	180	2,1	2,5	12,8	79,7
Каша гречневая вязкая	150	3,2	4,7	26,7	152,0
Котлеты рубленые из птицы	80	9,9	11,1	13,4	189,5
Кукуруза консервированная	30	0,7	2,7	7,1	55,7
Сок фруктовый	200	0,8	0,2	16,6	80,3
Хлеб пшеничный	25	1,2	0,2	15	57,1
Хлеб ржаной	30	1,1	0,4	13,8	48,0
Итого за обед	700	19,	21,8	105,4	662,3
ПОЛДНИК					
Ватрушка с повидлом	50	1,3	2,2	37,4	164,1
Кисломолочный продукт	100	4,8	5	9	99
Итого за полдник	140	5,6	6,2	51,3	276
УЖИН					
Горошек зеленый консервированный	30	0,4	0,1	0,8	5
Капуста тушенная с мясом	150	11,5	10,6	17,8	203,3
Чай полусладкий	200	0	0	4,9	20,9
Хлеб пшеничный	20	0,7	0,2	9,2	32
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	12	45,7
Итого за ужин	420	13,5	11,1	44,7	306,9
Итого за день		48,75	53,92	258,1	1658,7