

Утверждаю: руководитель
СПДС № 10 "Снежок"
_____ Т.Н.Прососова

МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"

12 августа 2025 г.

Наименование блюд	Масса порции, сад от 3 до 7 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийность блюда
Завтрак					
Вермишель отварная с сахаром	150	5,4	4	36,38	203,3
Чай сладкий	200	0,2	0	6,5	26,8
Батон	38	2,94	0,19	19,1	89,07
Масло	5	0	4,1	0,05	37,5
Итого	393	8,54	8,29	62,03	356,67
Второй завтрак					
Напиток фруктовый	100			6,72	27
Обед					
Суп "Метелица" на курином бульоне	200	6,2	5,4	16,9	142,3
Котлета куриная	70	17,2	3,7	5,7	124,9
Гороховое пюре	150	14,6	4,7	33,9	236,5
Компот из сухофруктов	200	0,4	0	17,1	69,9
Хлеб пшеничный	20	1,55	0,1	10,5	46,88
Хлеб ржаной	22	1,32	0,58	6,36	37,58
Итого	662	41,27	14,48	90,46	658,06
Полдник, уплотненный блюдами ужина					
Вафли	15	1	5	9,3	80,3
Каша манная на молоке	150	5,38	5,7	20,6	154,04
Чай с лимоном сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный	20	1,55	0,1	10,5	46,88
Хлеб ржаной	22	1,32	0,58	6,36	37,58
Итого	407	9,55	11,38	53,46	346,7
ВСЕГО	1562	59,36	34,15	212,67	1388,43

Утверждаю: руководитель
СПДС № 10 "Снежок"
_____ Т.Н.Прососова

МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"
12 августа 2025 г.

Наименование блюд	Масса порции, сад от 2 до3 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийность блюда
Завтрак					
Вермишель отварная с сахаром	130	4,25	2,9	28,1	154,8,
Чай сладкий	180	0,18	0	5,85	24,12
Батон	30	2,33	0,15	15,07	70,32
Масло	4		3,28	0,04	30
Итого	344	6,76	6,33	49,06	#ЗНАЧ!
Второй завтрак					
Напиток фруктовый	100			6,72	27
Обед					
Суп "Метелица" на курином бульоне	150	4,8	4,1	12,2	105,7
Котлета куриная	60	12,3	2,8	4,5	93
Гороховое пюре	120	11,6	3,4	27,1	185,6
Компот из сухофруктов	180	0,3	0	13,5	54,9
Хлеб пшеничный	20	1,55	0,18	10,55	51,57
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
Итого	550	31,75	11,01	73,1	514,21
Полдник, уплотненный блюдами ужина					
Вафли	15	1	5	9,3	80,3
Каша манная на молоке	130	4,22	4,37	17,1	124,47
Чай с лимоном сахаром	180	0,3	0	5,7	23,5
Хлеб пшеничный	20	1,55	0,18	10,55	51,57
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
Итого	365	8,27	10,08	47,9	303,28
ВСЕГО	1259	46,78	27,42	170,06	#ЗНАЧ!

