

Утверждаю:  
 Директор МКОУ «Архангельская ООШ»  
 \_\_\_\_\_/Г.Г. Чупина/  
 « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г

**Дошкольная группа, меню на 12.03.2025 год**

Наименование блюда	выход	Белки	Жиры	углеводы	к/кал	В «С»
<b>Завтрак</b>						
1.Каша гречневая молочная	200	4,82	3,06	26,3	139,5	
2.Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
3.Хлеб пшеничный со сливочным маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	
<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>10,12</b>	<b>13,02</b>	<b>55,28</b>	<b>366,5</b>	<b>1,17</b>
<b>Обед</b>						
1.Винегрет овощной	60	0,08	3,7	5,06	56,88	6,15
2.Суп с перловой крупой	250	2,1	5,13	16,6	120,0	7,55
3.Каша пшеничная	150	3,99	4,25	24,56	109,0	
4. Колобки мясо-картофельные	80	9,5	10,6	5,8	151,62	10,4
5. Чай	180	0,06	0,02	9,99	40,0	0,3
6. Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
7. Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,5	
<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>19,42</b>	<b>24,24</b>	<b>83,18</b>	<b>583,0</b>	<b>24,4</b>
<b>Полдник</b>						
1.Суп молочный с вермишелью	150	4,32	6,92	14,13	109,5	0,69
2.Чай	180	0,06	0,02	9,99	40,0	0,03
3.Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,0	
<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>6,75</b>	<b>8,54</b>	<b>38,61</b>	<b>220,5</b>	<b>0,72</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1550</b>	<b>36,29</b>	<b>45,8</b>	<b>177,07</b>	<b>1170,0</b>	<b>26,29</b>