

Меню на 01.07.2025, День 7

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная , жидкая	180	4,048	5,784	30,177	189,8
2. Какао на молоке	180	3,307	3,665	14,3	104,699
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	34	2,454	0,938	16,807	86,335
Итого:		9,859	18,638	61,364	455,634
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,455	0,091	9,182	41,818
Итого:		0,455	0,091	9,182	41,818
Обед					
1. Суп "Полевой"	180	3,568	3,112	24,328	140,005
2. Рыба с овощами под омлетом	170	21,97	16,805	7,325	222,705
3. Кисель плодово-ягодный(витаминизированный)	180	0,095	0	26,194	105,146
4. Хлеб ржаной	40	2,449	0,442	13,411	69,866
Итого:		28,081	20,359	71,258	537,723
Полдник					
1. Ватрушка с творогом	90	11,243	6,749	48,394	301,008
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:		11,243	6,749	63,364	360,858
Итого за день:		49,638	45,836	205,168	1396,03

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная , жидкая	150	4,061	5,713	19,141	145,374
2. Какао на молоке	170	3,072	3,398	11,931	91,782
3. Масло сливочное	7	0,035	5,775	0,056	52,36
4. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:		8,961	15,571	43,403	352,571
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,455	0,091	9,182	41,818
Итого:		0,455	0,091	9,182	41,818
Обед					
1. Суп "Полевой"	150	2,906	2,664	20,552	118,127
2. Рыба с овощами под омлетом	150	16,923	12,605	6,362	167,999
3. Кисель плодового-ягодный(витаминизированный)	150	0,08	0	22,89	91,87
4. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:		21,739	15,599	59,824	430,196
Полдник					
1. Ватрушка с творогом	70	9,791	6,108	32,311	224,92
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:		9,791	6,108	42,291	264,82
Итого за день:		40,945	37,369	154,7	1089,40

Заведующий _____Горохова Т.А.