

Меню на 06.06.2025, День 10

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша гречневая молочная , жидкая	180	5,592	6,474	26,113	187,787
2. Кофейный напиток с молоком	180	3,283	3,64	15,27	108,527
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:		11,075	19,186	56,194	446,78
2й Завтрак					
1. Яблоки отечественные 1с	100	0,4	0,4	9,8	40,8
Итого:		0,4	0,4	9,8	40,8
Обед					
1. Суп картофельный на к/б,с гренками	180	3,793	4,686	28,156	170,904
2. Тефтели из курицы	70	19,556	22,829	6,803	311,164
3. Рис отварной	150	2,74	4,513	28,743	166,561
4. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,264	0	15,74	63,78
5. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	13,36	69,6
Итого:		28,793	32,468	92,801	782,01
Полдник					
1. Сухари	34	2,942	3,738	22,843	137,752
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:		2,942	3,738	37,813	197,602
Итого за день:		43,21	55,792	196,608	1467,19

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша гречневая молочная, жидкая	150	4,47	5,368	20,6	150,72
2. Кофейный напиток с молоком	170	2,947	3,257	12,701	93,319
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:		9,244	15,086	45,632	359,454
2й Завтрак					
1. Яблоко отечественные1с	100	0,4	0,4	9,8	40,8
Итого:		0,4	0,4	9,8	40,8
Обед					
1. Суп картофельный на к/б , с гренками	150	3,703	5,518	27,197	174,224
2. Тефтели из курицы	60	15,856	19,143	6,335	261,313
3. Рис отварной	100	1,758	4,373	18,355	119,818
4. Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0,22	0	14,78	59,8
5. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	13,36	69,6
Итого:		23,976	29,474	80,027	684,754
Полдник					
1. Сухари	29	2,517	3,198	19,543	117,852
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:		2,517	3,198	29,523	157,752
Итого за день:		36,137	48,157	164,983	1242,76

Заведующий _____Горохова Т.А.