

Меню на 10.06.2025, День 2

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная молочная	180	4,417	5,145	24,265	162,027
2. Какао на молоке	180	2,528	2,786	13,007	88,175
3. Повидло	23	0,092	0	15,053	57,63
4. Хлеб пшеничный	30	2,202	0,842	15,08	77,464
Итого:		9,239	8,773	67,405	385,296
2й Завтрак					
1. Сок	93	0,469	0,094	9,469	43,125
Итого:		0,469	0,094	9,469	43,125
Обед					
1. Салат "Свекла с соленым огурцом"	50	0,654	5,052	3,293	61,629
2. Щи со сметаной	180	2,133	4,094	11,042	90,387
3. Рыба, тушенная в томате с овощами	70	15,37	9,572	2,596	112,818
4. Картофельное пюре	150	3,545	5,885	21,48	153,8
5. Кисель плодово-ягодный(витаминизированный)	180	0,099	0	27,109	108,822
6. Хлеб ржаной	36	2,196	0,396	12,024	62,64
Итого:		23,996	24,998	77,544	590,095
Полдник					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	80	6,391	9,368	44,404	288,19
2. Чай с молоком и сахаром	180	2,8	3,2	14,68	99,9
Итого:		9,191	12,568	59,084	388,09
Итого за день:		42,895	46,433	213,502	1406,60

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша манная молочная	150	3,874	4,753	21,998	147,125
2. Какао на молоке	170	2,553	2,805	11,06	80,657
3. Повидло	10	0,04	0	6,465	24,75
4. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:		8,26	8,243	51,797	315,586
2й Завтрак					
1. Сок	93	0,469	0,094	9,469	43,125
Итого:		0,469	0,094	9,469	43,125
Обед					
1. Салат "Свекла с соленым оргурцом"	40	0,459	3,034	2,455	39,123
2. Щи со сметаной	150	1,862	2,988	10,89	78,497
3. Рыба, тушенная в томате с овощами	60	13,239	7,815	2,156	92,92
4. Картофельное пюре	120	3,455	3,955	22,624	140,54
5. Кисель плодового-ягодный(витаминизированный)	150	0,08	0	22,89	91,87
6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:		20,926	18,122	71,035	495,15
Полдник					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	60	4,463	7,873	27,648	199,81
2. Чай с молоком и сахаром	150	2,24	2,56	8,75	67,95
Итого:		6,703	10,433	36,398	267,76
Итого за день:		36,357	36,892	168,699	1121,62

Заведующий _____ Горохова Т.А.