

Меню на 14.07.2025, День 6

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Макароны отварные с маслом и с сахаром	140	4,126	5,158	37,383	215,093
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
3. Повидло	25	0,099	0	16,162	61,875
4. Хлеб пшеничный	32	2,326	0,889	15,93	81,83
Итого:		6,551	6,047	84,445	418,649
2й Завтрак					
1. Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого:		0,5	0,1	10,1	46
Обед					
1. Суп гороховый	180	4,351	2,352	16,073	104,905
2. Печень по-строгановски	70	15,648	10,731	12,244	209,131
3. Рис отварной	150	2,755	4,515	28,899	167,267
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,208	0,091	12,792	53,671
5. Хлеб ржаной	39	2,384	0,43	13,056	68,017
Итого:		25,346	18,12	83,064	602,99
Полдник					
1. Печенье сахарное	51	3,864	5,048	38,327	214,818
2. Кефир с сахаром	200	5,388	5,945	12,421	129,558
Итого:		9,251	10,993	50,748	344,376
Итого за день:		41,648	35,26	228,357	1412,01

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Макароны отварные с маслом и с сахаром	100	2,64	6,875	25,393	175,691
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
3. Повидло	10	0,04	0	6,465	24,75
4. Хлеб пшеничный	27	1,968	0,752	13,475	69,219
Итого:		4,647	7,627	55,313	309,56
2й Завтрак					
1. Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого:		0,5	0,1	10,1	46
Обед					
1. Суп гороховый	150	2,925	1,89	16,554	95,821
2. Печень по-строгановски	60	16,031	10,862	8,98	198,803
3. Рис отварной	100	1,758	4,373	18,355	119,818
4. Напиток из плодов шиповника	150	0,176	0,077	9,38	39,641
5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:		22,72	17,531	63,289	506,282
Полдник					
1. Печенье сахарное	25	1,875	2,45	18,6	104,25
2. Кефир с сахаром	170	4,518	4,985	11,221	111,859
Итого:		6,393	7,435	29,821	216,109
Итого за день:		34,26	32,693	158,523	1077,95

Заведующий _____ Горохова Т.А.