

Меню на 16.06.2025, 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	3,616	5,641	33,949	203,335
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
3. Повидло	22	0,087	0	14,24	54,517
4. Хлеб пшеничный	29	2,083	0,796	14,266	73,28
Итого:		5,786	6,437	77,424	390,982
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:		0,45	0,09	9,09	41,4
Обед					
1. Суп гороховый	180	4,779	2,373	17,095	111,124
2. Печень по-строгановски	70	13,905	10,228	12,855	199,949
3. Рис отварной	150	2,413	4,466	25,285	151,001
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,176	0,077	12,344	51,491
5. Хлеб ржаной	34	2,077	0,375	11,374	59,254
Итого:		23,351	17,519	78,954	572,819
Полдник					
1. Печенье сахарное	45	3,395	4,436	33,681	188,776
2. Кефир с сахаром	161	4,538	5,008	11,249	112,277
Итого:		7,933	9,444	44,93	301,053
Итого за день:		37,52	33,49	210,398	1306,25

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	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:		4,472	7,56	54,113	303,396
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:		0,45	0,09	9,09	41,4
Обед					
1. Суп гороховый	150	3,737	1,93	18,494	107,622
2. Печень по-строгановски	60	14,328	10,992	8,57	191,504
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:		21,828	17,701	64,819	510,784
Полдник					
1. Печенье сахарное	25	1,875	2,45	18,6	104,25
2. Кефир с сахаром	170	4,93	5,44	11,79	120,25
Итого:		6,805	7,89	30,39	224,5
Итого за день:		33,555	33,241	158,412	1080,08

Заведующий _____ Горохова Т.А.