

Меню на 19.06.2025, День 9

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

| Блюда                                               | Выход | Химический состав |        |        |         |
|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|--------|--------|---------|
|                                                     |       | Белки             | Жиры   | Углев. | Ккал    |
| Завтрак                                             |       |                   |        |        |         |
| 1. Каша молочная "Дружба"                           | 180   | 4,552             | 5,856  | 26,933 | 179,586 |
| 2. Какао на молоке                                  | 180   | 2,603             | 2,872  | 13,132 | 89,781  |
| 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:                                              |       | 9,355             | 17,8   | 54,876 | 419,833 |
| 2й Завтрак                                          |       |                   |        |        |         |
| 1. Сок                                              | 93    | 0,469             | 0,094  | 9,469  | 43,125  |
| Итого:                                              |       | 0,469             | 0,094  | 9,469  | 43,125  |
| Обед                                                |       |                   |        |        |         |
| 1. Икра свекольная                                  | 30    | 0,693             | 2,033  | 3,604  | 35,477  |
| 2. Суп с клецками на к/б                            | 180   | 3,958             | 2,905  | 24,42  | 140,057 |
| 3. Слоенные голубцы с курицей и сметаной            | 190   | 17,269            | 20,089 | 15,294 | 312,313 |
| 4. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный) | 180   | 0,263             | 0      | 15,713 | 63,669  |
| 5. Хлеб ржаной                                      | 35    | 2,186             | 0,394  | 11,968 | 62,349  |
| Итого:                                              |       | 24,368            | 25,42  | 70,999 | 613,864 |
| Полдник                                             |       |                   |        |        |         |
| 1. Гренка молочная                                  | 50    | 2,79              | 3,543  | 19,145 | 120,42  |
| 2. Кисель плодово-ягодный                           | 180   | 0,098             | 0      | 26,992 | 108,35  |
| Итого:                                              |       | 2,888             | 3,543  | 46,137 | 228,771 |
| Итого за день:                                      |       | 37,08             | 46,857 | 181,48 | 1305,59 |

Ясли 10,5 ч

| Блюда                                         | Выход | Химический состав |        |         |         |
|-----------------------------------------------|-------|-------------------|--------|---------|---------|
|                                               |       | Белки             | Жиры   | Углев.  | Ккал    |
| Завтрак                                       |       |                   |        |         |         |
| 1. Каша молочная "Дружба"                     | 150   | 3,688             | 6,634  | 22,061  | 163,517 |
| 2. Какао на молоке                            | 170   | 2,629             | 2,891  | 11,187  | 82,281  |
| 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:                                        |       | 8,145             | 15,985 | 45,579  | 361,213 |
| 2й Завтрак                                    |       |                   |        |         |         |
| 1. Сок                                        | 93    | 0,469             | 0,094  | 9,469   | 43,125  |
| Итого:                                        |       | 0,469             | 0,094  | 9,469   | 43,125  |
| Обед                                          |       |                   |        |         |         |
| 1. Икра свекольная                            | 30    | 0,693             | 1,034  | 5,58    | 34,387  |
| 2. Суп с клецками на к/б                      | 150   | 3,668             | 2,927  | 23,234  | 134,329 |
| 3. Слоеные голубцы с курицей и сметаной       | 160   | 16,771            | 19,898 | 10,853  | 290,856 |
| 4. Компот из сухофруктов (витаминизированный) | 150   | 0,22              | 0      | 14,78   | 59,8    |
| 5. Хлеб ржаной                                | 30    | 1,83              | 0,33   | 10,02   | 52,2    |
| Итого:                                        |       | 23,182            | 24,189 | 64,467  | 571,572 |
| Полдник                                       |       |                   |        |         |         |
| 1. Гренка молочная                            | 30    | 2,222             | 3,326  | 13,282  | 92,554  |
| 2. Кисель плодового-ягодный                   | 150   | 0,08              | 0      | 22,89   | 91,87   |
| Итого:                                        |       | 2,302             | 3,326  | 36,172  | 184,424 |
| Итого за день:                                |       | 34,097            | 43,594 | 155,687 | 1160,33 |

Заведующий \_\_\_\_\_ Горохова Т.А.