

Меню на 25.06.2025, День 3

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая с яблоками (Шарлотка)	180	2,632	3,995	39,349	202,685
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
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:		4,833	13,067	69,129	413,001
2й Завтрак					
1. Сок	96	0,484	0,097	9,774	44,516
Итого:		0,484	0,097	9,774	44,516
Обед					
1. Суп "Вермишелевый" на к\б	180	3,848	4,638	28,532	172,271
2. Котлета из курицы	70	18,7	20,454	5,648	281,647
3. Капуста тушеная	150	3,659	5,623	12,361	116,526
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,193	0,085	12,572	52,613
5. Хлеб ржаной	37	2,268	0,409	12,419	64,698
Итого:		28,669	31,209	71,532	687,755
Полдник					
1. Печенье сахарное	48	3,644	4,762	36,152	202,624
2. Молоко	180	5,04	5,76	8,46	108
Итого:		8,684	10,522	44,612	310,624
Итого за день:		42,67	54,894	195,047	1455,89

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая с яблоками (Шарлотка)	150	2,188	4,506	31,98	176,47
2. Чай сладкий	150	0	0	9,88	39,501
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:		4,016	10,966	54,191	331,386
2й Завтрак					
1. Сок	96	0,484	0,097	9,774	44,516
Итого:		0,484	0,097	9,774	44,516
Обед					
1. Салат из морковки с сахаром	45	0,488	0,038	5,552	24,975
2. Суп "Вермишелевый" на к/б	150	3,82	2,368	28,654	152,139
3. Котлета из курицы	60	17,034	18,7	6,347	262,054
4. Капуста тушеная	100	3,124	3,2	11,028	86,95
5. Напиток из плодов шиповника	150	0,176	0,077	9,38	39,641
6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:		26,472	24,713	70,982	617,959
Полдник					
1. Печенье сахарное	25	1,875	2,45	18,6	104,25
2. Молоко	150	4,2	4,8	7,05	90
Итого:		6,075	7,25	25,65	194,25
Итого за день:		37,046	43,026	160,597	1188,11

Заведующий _____ Горохова Т.А.