

Меню на 30.06.2025, 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	3,719	6,189	34,622	211,433
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
3. Повидло	22	0,09	0	14,632	56,017
4. Хлеб пшеничный	29	2,141	0,818	14,665	75,331
Итого:		5,95	7,007	78,888	402,63
2й Завтрак					
1. Сок	91	0,459	0,092	9,276	42,245
Итого:		0,459	0,092	9,276	42,245
Обед					
1. Суп гороховый	180	4,88	2,378	17,337	112,593
2. Печень по-строгановски	70	14,007	10,686	11,744	200,068
3. Рис отварной	150	2,479	4,476	25,986	154,159
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,203	0,089	12,725	53,344
5. Хлеб ржаной	35	2,135	0,385	11,692	60,91
Итого:		23,705	18,014	79,484	581,075
Полдник					
1. Печенье сахарное	46	3,49	4,56	34,617	194,022
2. Кефир с сахаром	173	4,874	5,378	11,712	119,104
Итого:		8,363	9,938	46,329	313,126
Итого за день:		38,477	35,05	213,977	1339,07

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	91	0,459	0,092	9,276	42,245
Итого:		0,459	0,092	9,276	42,245
Обед					
1. Суп гороховый	150	3,737	1,93	18,494	107,622
2. Печень по-строгановски	60	14,225	10,401	8,428	185,121
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:		21,726	17,11	64,677	504,401
Полдник					
1. Печенье сахарное	25	1,875	2,45	18,6	104,25
2. Кефир с сахаром	155	4,35	4,8	10,99	108,45
Итого:		6,225	7,25	29,59	212,7
Итого за день:		32,882	32,012	157,656	1062,74

Заведующий _____ Горохова Т.А.