

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
_____ М.А. Васильева
4/1/2025

МБДОУ "Детский сад № 16"

Меню на 02.04.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша геркулесовая молочная	200	6,64	9,60	21,59	197,72
2	Какао с молоком	180	4,34	5,98	14,19	125,49
3	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,01	83,30
4	Сыр порционный	10	2,30	2,90	0,00	36,00
Итого за Завтрак :			15,94	18,75	52,79	442,51
Второй завтрак						
5	Сок тыквенный	80	0,70	0,20	4,70	27,00
Итого за Второй завтрак :			,7	,2	4,7	27
Обед						
6	Икра морковная	70	1,58	10,62	6,93	128,86
7	Суп картофельный мясной со сметаной	200	7,37	9,48	12,25	165,28
8	Голубцы ленивые с отварным мясом	180	20,66	30,21	21,47	442,55
9	Кисель из кураги	180	1,07	0,05	31,63	127,31
10	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	54,30
11	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,20
Итого за обед :			35,71	51,63	104,47	1013,49
Уплотненный полдник						
12	Сок мультифрукт	80	0,40	0,10	15,70	68,00
Итого за Уплотненный полдник :			,4	,1	15,7	68
Ужин						
13	Рыба под омлетом	110	17,65	11,37	4,14	189,02
14	Пюре картофельное	130	3,57	4,13	20,29	135,75
15	Чай с лимоном	180	0,08	0,01	3,86	16,62
16	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	63,35
17	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			23,61	16,63	43,17	404,74
Итого за день			76,36	87,31	220,83	1955,74

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева