

Утверждаю
руководитель учреждения МБДОУ "детский сад №
16"
_____ М.А. Васильева
03.07.25

Меню
(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша геркулесовая молочная	200	6,64	9,60	21,59	137,31
2	Чай с молоком сладкий	200	2,69	3,07	12,50	59,72
3	_Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	49,58
4	Сыр порционный	10	2,30	2,90	0,00	25,00
Итого за Завтрак :			13,91	15,81	48,67	271,61
Второй завтрак						
5	Сок мультифрукт сад	80	0,32	0,08	12,56	37,78
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	37,78
Обед						
6	Капуста тушеная	70	2,08	3,83	7,30	50,52
7	Борщ с мясом и сметаной	200	7,62	10,14	12,43	118,71
8	Биточки из говядины	80	18,54	20,48	8,52	202,96
9	_Вермишель с маслом	130	5,22	3,77	34,88	137,27
10	Компот из изюма	180	0,36	0,00	23,85	64,45
11	_Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	50,28
12	_Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	49,58
Итого за обед :			38,74	39,74	118,56	673,77
Уплотненный полдник						
13	Сок мультифрукт сад	80	0,32	0,08	12,56	37,78
Итого за Уплотненный полдник :			,32	,08	12,56	37,78
Ужин						
14	Сырники творожные,запеченные с соусом сметанным	155	28,48	25,08	21,24	296,83
15	Молоко	200	5,38	6,14	9,02	77,33
16	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	49,58
17	_Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			36,14	31,47	44,84	423,74
Итого за день			89,43	87,17	237,19	1444,68

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Руководитель учреждения _____ М.А.
Васильева