

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

\_\_\_\_\_ М.А. Васильева

8/14/2025

**Меню на 15.08.2025**

( Сад )

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
<b>Завтрак</b>						
1	Каша пшеничная молочная	200	6,11	6,26	14,77	132,94
2	Кофейный напиток на молоке	180	4,64	5,26	14,70	84,80
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 :			15,33	14,65	44,05	292,33
<b>Второй завтрак</b>						
5	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	37,78
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	37,78
Зам	Чай с сахаром	100				
<b>Обед</b>						
6	Икра морковная	70	1,58	10,62	6,93	89,48
7	Уха Ростовская с консервированными томатами	200	13,29	5,93	12,76	111,32
8	Бефстроганов из печени	80	14,73	7,48	11,38	118,44
9	Пюре картофельное	130	3,57	4,13	20,29	94,27
10	Кисель из повидла	180	0,18	0,05	31,58	90,58
11	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	43,99
12	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	49,58
Итого за обед :			37,95	29,56	112,4	597,67
<b>Ужин</b>						
13	Булочка с сахаром	85	9,08	9,11	66,02	261,16
14	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,19	18,95
15	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			9,08	9,11	73,2	280,11
Итого за день			62,68	53,4	242,21	1207,88

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Л.В. Федорова

Заведующий \_\_\_\_\_ М.А. Васильева