

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
_____ М.А. Васильева
9/18/2025

Меню на 19.09.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша манная молочная	200	6,51	10,21	25,01	181,07
2	Кофейный напиток на молоке	180	4,64	5,26	14,70	101,76
3	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,01	69,42
4	Сыр порционный	10	2,30	2,90	0,00	30,00
Итого за Завтрак :			16,12	18,64	56,72	382,24
Второй завтрак						
5	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	45,33
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	45,33
Обед						
6	Салат из кукурузы	60	0,53	4,29	3,89	46,86
7	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7,76	2,85	13,48	94,12
8	Гуляш из печени	80	11,37	10,37	7,52	139,93
9	Пюре картофельное	130	3,57	4,13	20,29	113,12
10	Компот из сухофруктов	180	0,64	0,03	26,40	87,38
11	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	52,79
12	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	79,33
Итого за обед :			29,23	23,11	105,9	613,52
Ужин						
13	Булочка с сахаром	85	9,08	9,11	66,02	313,39
14	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,19	22,74
15	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			9,08	9,11	73,2	336,13
Итого за день			54,74	50,93	248,37	1377,22

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева