

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

_____ М.А. Васильева

4/18/2025

Меню на 21.04.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,14	9,78	24,75	210,96
2	Какао с молоком	180	4,34	5,98	14,19	125,49
3	Печенье	35	2,63	4,13	26,04	152,60
Итого за Завтрак :			13,1	19,88	64,98	489,05
Второй завтрак						
4	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	54,40
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	54,4
Обед						
5	Салат икра кабачковая	50	1,09	5,12	4,91	66,49
6	Суп харчо с мясом птицы	200	5,64	5,75	17,59	147,16
7	Птица тушеная в соусе томатном	115	23,80	12,23	3,12	217,86
8	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,40	6,22	33,45	219,08
9	Компот из сухофруктов	180	0,64	0,03	26,40	104,85
10	Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	72,40
11	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,87	107,10
Итого за обед :			44,63	30,99	124,32	934,94
Уплотненный полдник						
12	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	54,40
Итого за Уплотненный полдник :			,32	,08	12,56	54,4
Ужин						
13	Зеленый горошек	40	1,90	0,08	4,86	27,74
14	Омлет натуральный	95	12,62	14,17	2,63	188,10
15	Чай с молоком сладкий	200	2,69	3,07	12,50	86,00
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 :			19,52	18,44	34,86	365,19
Итого за день			77,89	69,47	249,29	1897,98

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева