

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

\_\_\_\_\_ М.А. Васильева

11/6/2025

**Меню на 07.11.2025**

( Сад )

| №                         | Наименование блюда                       | Выход (г) | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккалории |
|---------------------------|------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| <b>Завтрак</b>            |                                          |           |       |       |          |          |
| 1                         | Каша пшенная на воде                     | 200       | 6,11  | 6,26  | 14,77    | 159,53   |
| 2                         | Чай с сахаром                            | 180       | 0,00  | 0,00  | 7,19     | 22,74    |
| 3                         | Хлеб ржаной                              | 30        | 2,28  | 0,24  | 14,58    | 59,50    |
| 4                         | Масло сливочное порционное               | 7         | 0,04  | 5,78  | 0,06     | 43,63    |
| Итого за Завтрак :        |                                          |           | 13,07 | 17,53 | 44,11    | 364,42   |
| <b>Второй завтрак</b>     |                                          |           |       |       |          |          |
| 5                         | Сок мультифрукт                          | 80        | 0,32  | 0,08  | 12,56    | 45,33    |
| Итого за Второй завтрак : |                                          |           | ,32   | ,08   | 12,56    | 45,33    |
| <b>Обед</b>               |                                          |           |       |       |          |          |
| 6                         | Икра морковная                           | 70        | 1,27  | 10,58 | 5,91     | 102,81   |
| 7                         | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200       | 13,16 | 5,90  | 12,30    | 131,28   |
| 8                         | Бефстроганов из печени                   | 80        | 14,50 | 7,46  | 10,32    | 137,79   |
| 9                         | Картофель отварной                       | 150       | 3,57  | 4,13  | 20,29    | 113,12   |
| 10                        | Кисель из повидла                        | 180       | 0,18  | 0,05  | 31,58    | 108,70   |
| 11                        | Хлеб ржаной                              | 35        | 2,31  | 1,12  | 14,88    | 52,79    |
| 12                        | Хлеб пшеничный                           | 30        | 2,28  | 0,24  | 14,58    | 59,50    |
| Итого за обед :           |                                          |           | 37,27 | 29,48 | 109,86   | 705,99   |
| <b>Ужин</b>               |                                          |           |       |       |          |          |
| 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    |
| Итого за Ужин :           |                                          |           | 9,08  | 9,11  | 73,2     | 336,13   |
| Итого за день             |                                          |           | 59,73 | 56,19 | 239,73   | 1451,88  |

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

Заведующий \_\_\_\_\_ М.А. Васильева