

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"  
\_\_\_\_\_ М.А. Васильева  
4/1/2025

МБДОУ "Детский сад № 16"  
Меню на 02.04.2025

( Сад )

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
<b>Завтрак</b>						
1	Каша геркулесовая на воде	200	6,64	9,60	21,59	197,72
2	Чай сладкий	180	0,00	0,00	7,19	27,29
3	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,01	83,30
4	Сыр порционный	10	2,30	2,90	0,00	36,00
Итого за Завтрак :			15,94	18,75	52,79	442,51
<b>Второй завтрак</b>						
5	Сок тыквенный	80	0,70	0,20	4,70	27,00
Итого за Второй завтрак :			,7	,2	4,7	27
<b>Обед</b>						
6	Икра морковная	70	1,58	10,62	6,93	128,86
7	Суп картофельный мясной со сметаной	200	7,37	9,48	12,25	165,28
8	Голубцы ленивые с отварным мясом	180	20,66	30,21	21,47	442,55
9	Кисель из кураги	180	1,07	0,05	31,63	127,31
10	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	54,30
11	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,20
Итого за обед :			35,71	51,63	104,47	1013,49
<b>Уплотненный полдник</b>						
12	Сок мультифрукт	80	0,40	0,10	15,70	68,00
Итого за Уплотненный полдник :			,4	,1	15,7	68
<b>Ужин</b>						
13	Мясо отварное	80	17,65	11,37	4,14	189,02
14	Пюре картофельное	130	3,57	4,13	20,29	135,75
15	Чай с лимоном	180	0,08	0,01	3,86	16,62
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 :			23,61	16,63	43,17	404,74
Итого за день			76,36	87,31	220,83	1955,74

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

Заведующий \_\_\_\_\_ М.А. Васильева