

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

_____ М.А. Васильева

6/3/2025

Меню на 04.06.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша рисовая на воде	200	5,69	6,89	26,28	188,74
2	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
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 :			15,3	15,32	57,99	430,15
Второй завтрак						
5	Сок томатный	80	0,56	0,16	3,76	21,60
Итого за Второй завтрак :			,56	,16	3,76	21,6
Обед						
6	Салат из свеклы	60	1,12	3,67	7,37	65,89
7	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,45	7,18	20,14	180,98
8	Цыплята тушеные с морковью	80	24,42	27,99	7,20	376,30
9	Капуста тушеная	140	4,17	7,66	14,60	145,50
10	Кисель из повидла	180	0,18	0,05	31,58	130,44
11	Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	72,40
12	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,20
Итого за обед :			44,01	48,15	117,33	1066,71
Уплотненный полдник						
13	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	54,40
Итого за Уплотненный полдник :			,32	,08	12,56	54,4
Ужин						
14	Зеленый горошек	40	1,90	0,08	4,86	27,74
15	Куры отварные	80	13,56	7,33	7,24	148,56
16	Картофель отварной	150	3,57	4,13	20,29	135,75
17	Чай с лимоном	180	0,08	0,01	3,86	16,62
18	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	63,35
19	Печенье	20	1,50	2,36	14,88	87,20
20	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			22,92	15,02	66,02	479,21
Итого за день			83,11	78,74	257,66	2052,07

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева