

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
_____. М.А. Васильева
6/4/2025

Меню на 05.06.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша геркулесовая на воде	200	6,64	9,60	21,59	197,72
2	Чай сладкий	200	0,00	0,00	7,19	27,29
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
4	Сыр порционный	10	2,30	2,90	0,00	36,00
Итого за Завтрак :			13,91	15,81	48,67	391,12
Зам			200			
Второй завтрак						
5	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	54,40
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	54,4
Обед						
6	Капуста тушеная	70	2,08	3,83	7,30	72,75
7	Пампушка с чесночным соусом	60	4,52	6,82	34,07	213,17
8	Борщ с мясом и сметаной	200	7,62	10,14	12,43	170,94
9	Биточки из говядины	80	18,54	20,48	8,52	292,26
10	Вермишель с маслом	130	5,22	3,77	34,88	197,67
11	Компот из изюма	180	0,36	0,00	23,85	92,81
12	Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	72,40
13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
Итого за обед :			43,26	46,56	152,64	1183,4
Уплотненный полдник						
14	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	54,40
Итого за Уплотненный полдник :			,32	,08	12,56	54,4
Ужин						
15	Рис отварной	150	28,48	25,08	21,24	427,43
16	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
17	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
18	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			36,14	31,47	44,84	610,19
Итого за день			93,95	93,99	271,26	2293,51

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева