

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	Вермишель отварная	200	6,14	9,78	24,75	210,96
2	Чай сладкий	180	0,00	0,00	7,19	27,29
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 сладкий	200	0,00	0,00	7,19	27,29
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