

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
 _____ М.А. Васильева
 6/20/2025

Меню на 23.06.2025

(Сад)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Каша гречневая на воде	200	8,73	9,48	30,86	167,67
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,99	22,76
3	Печенье	35	2,63	4,13	26,04	105,97
4	Масло сливочное порционное	10	0,06	9,32	0,09	58,70
Итого за Завтрак :			16,05	28,19	71,7	417,13
Второй завтрак						
5	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	37,78
Итого за Второй завтрак :			,32	,08	12,56	37,78
Обед						
6	Икра кабачковая	60	1,31	6,15	5,89	55,41
7	Бульон куриный с гренками	200	9,74	3,53	11,43	81,58
8	Котлета куриная	70	17,71	9,52	7,39	129,59
9	Рагу овощное	160	3,12	4,34	17,40	85,69
10	Компот из изюма	180	0,36	0,00	23,85	64,45
11	Хлеб ржаной	40	2,64	1,28	17,00	50,28
12	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,87	74,38
Итого за обед :			38,29	25,17	104,82	541,37
Уплотненный полдник						
13	Сок мультифрукт	80	0,32	0,08	12,56	37,78
Итого за Уплотненный полдник :			,32	,08	12,56	37,78
Ужин						
14	Зеленый горошек	40	2,00	0,08	5,12	20,28
15	Картофель отварной	135	12,62	14,17	2,63	130,63
16	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,99	22,76
17	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	43,99
18	Соль на весь день	5	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			19,62	18,44	35,12	254,62
Итого за день			74,6	71,96	236,76	1288,68

Зам 135

Зам 180

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева