

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

**Меню на 05.06.2025**

( Ясли )

| №                              | Наименование блюда                               | Выход (г) | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккалории |
|--------------------------------|--------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| <b>Завтрак</b>                 |                                                  |           |       |       |          |          |
| 1                              | Фруктовое пюре                                   | 45        | 0,17  | 0,17  | 4,15     | 19,88    |
| 2                              | Каша геркулесовая молочная                       | 180       | 5,98  | 8,64  | 19,43    | 177,95   |
| 3                              | Чай с молоком сладкий                            | 180       | 2,42  | 2,76  | 11,25    | 77,40    |
| 4                              | Хлеб пшеничный                                   | 20        | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 47,60    |
| 5                              | Сыр порционный                                   | 7         | 1,61  | 2,03  | 0,00     | 25,20    |
| Итого за Завтрак :             |                                                  |           | 11,7  | 13,76 | 44,54    | 348,03   |
| <b>Второй завтрак</b>          |                                                  |           |       |       |          |          |
| 6                              | Сок фруктовый                                    | 60        | 0,24  | 0,06  | 9,42     | 40,80    |
| Итого за Второй завтрак :      |                                                  |           | ,24   | ,06   | 9,42     | 40,8     |
| <b>Обед</b>                    |                                                  |           |       |       |          |          |
| 7                              | Капуста тушеная                                  | 50        | 1,49  | 2,74  | 5,21     | 51,97    |
| 8                              | Пампушка с чесночным соусом                      | 30        | 2,26  | 3,41  | 17,04    | 106,59   |
| 9                              | Борщ с мясом и сметаной                          | 150       | 5,71  | 7,60  | 9,33     | 128,21   |
| 10                             | Биточки из говядины                              | 80        | 18,54 | 20,48 | 8,52     | 292,26   |
| 11                             | Вермишель с маслом                               | 100       | 4,02  | 2,90  | 26,83    | 152,06   |
| 12                             | Компот из изюма                                  | 180       | 0,36  | 0,00  | 23,85    | 92,81    |
| 13                             | Хлеб ржаной                                      | 30        | 1,98  | 0,96  | 12,75    | 54,30    |
| 14                             | Хлеб пшеничный                                   | 20        | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 47,60    |
| Итого за обед :                |                                                  |           | 35,87 | 38,25 | 113,25   | 925,78   |
| <b>Уплотненный полдник</b>     |                                                  |           |       |       |          |          |
| 15                             | Сок фруктовый                                    | 60        | 0,24  | 0,06  | 9,42     | 40,80    |
| Итого за Уплотненный полдник : |                                                  |           | ,24   | ,06   | 9,42     | 40,8     |
| <b>Ужин</b>                    |                                                  |           |       |       |          |          |
| 16                             | Сырники творожные, запеченные с соусом сметанным | 120       | 22,05 | 19,42 | 16,44    | 330,91   |
| 17                             | Молоко                                           | 180       | 4,84  | 5,53  | 8,12     | 100,22   |
| 18                             | Хлеб пшеничный                                   | 30        | 2,28  | 0,24  | 14,58    | 71,40    |
| 19                             | Соль на весь день                                | 3         | 0,00  | 0,00  | 0,00     | 0,00     |
| Итого за Ужин :                |                                                  |           | 29,17 | 25,19 | 39,14    | 502,54   |
| Итого за день                  |                                                  |           | 77,22 | 77,32 | 215,77   | 1857,94  |

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

Заведующий \_\_\_\_\_ М.А. Васильева