

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
_____ М.А. Васильева
11/1/2025

Меню на 05.11.2025

(Ясли)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	16,57
2	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	5,99	18,95
3	Печенье	20	1,50	2,36	14,88	72,67
4	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,69	4,79	25,73	140,43
Итого за Завтрак :			7,36	7,31	50,74	248,62
Второй завтрак						
5	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	34,00
Итого за Второй завтрак :			,24	,06	9,42	34
Обед						
6	Пюре картофельное	120	3,30	3,81	18,73	104,42
7	Салат икра кабачковая	45	0,90	4,23	4,05	45,75
8	Суп гороховый вегетарианский	180	5,29	0,58	16,61	78,69
9	Кисель из повидла	150	0,15	0,04	26,32	90,58
10	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	45,25
11	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,01	69,42
12	Омлет натуральный	95	12,62	14,17	2,63	156,75
Итого за обед :			26,9	24,06	98,1	590,86
Уплотненный полдник						
13	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	34,00
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	34
Ужин						
14	Вермишель с маслом	100	4,02	2,90	26,83	126,71
15	Птица тушеная в соусе томатном	85	17,59	9,04	2,30	134,19
16	Чай с молоком сладкий	180	2,42	2,76	11,25	64,50
17	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	59,50
18	Соль на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			26,3	14,94	54,96	384,9
Итого за день			61,04	46,44	222,64	1292,38

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева