

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

_____ М.А. Васильева

05.11.2025

Меню на 06.11.2025

(Ясли)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	16,57
2	Каша геркулесовая молочная	180	5,98	8,64	19,43	148,29
3	Чай с молоком сладкий	180	2,42	2,76	11,25	64,50
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	39,67
5	Масло сливочное порционное	7	0,04	5,78	0,06	43,63
Итого за Завтрак :			10,12	17,51	44,6	312,66
Второй завтрак						
6	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	34,00
Итого за Второй завтрак :			,24	,06	9,42	34
Обед						
7	Капуста тушеная	50	1,36	2,73	4,73	41,23
8	Пампушка с чесночным соусом	30	2,26	3,41	17,04	88,82
9	Борщ с мясом и сметаной	150	5,63	7,60	9,11	105,79
10	Биточки из говядины	80	18,54	20,48	8,52	243,55
11	Вермишель с маслом	100	4,02	2,90	26,83	126,71
12	Компот из свежих фруктов яблок	150	0,07	0,07	6,79	22,97
13	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	45,25
14	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	39,67
Итого за обед :			35,38	38,31	95,49	713,98
Уплотненный полдник						
15	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	34,00
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	34
Ужин						
16	Запеканка творожная	110	21,62	16,65	21,04	268,62
17	Молоко	180	4,84	5,53	8,12	83,52
18	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	59,50
19	Соль на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			28,74	22,42	43,74	411,64
Итого за день			74,72	78,36	202,67	1506,28

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева