

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"

_____ М.А. Васильева

11/10/2025

Меню на 11.11.2025

(Ясли)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	16,57
2	Каша рисовая молочная	150	4,27	5,16	19,71	117,96
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	10	0,05	8,25	0,08	62,33
Итого за Завтрак :			8,43	16,51	44,9	301,03
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	Салат из свеклы	45	0,70	2,74	4,71	38,03
8	Суп гороховый с мясом	150	9,71	7,41	17,09	146,05
9	Суфле рыбное	60	7,73	5,04	2,87	73,06
10	Пюре розовое	130	3,46	5,85	20,55	126,51
11	Компот из апельсинов	150	0,35	0,08	12,14	42,40
12	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	45,25
13	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	39,67
Итого за обед :			25,45	22,25	79,83	510,97
Уплотненный полдник						
14	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	34,00
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	34
Ужин						
15	Запеканка из творога	130	22,84	16,95	16,19	259,78
16	Молоко	180	4,84	5,53	8,12	83,52
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 :			29,96	22,72	38,89	402,8
Итого за день			64,32	61,59	182,46	1282,8

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева