

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"  
\_\_\_\_\_ М.А. Васильева  
5/14/2025

**Меню на 15.05.2025**

( 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 молочная "Дружба"                  | 150       | 5,55  | 6,39  | 17,16    | 183,90   |
| 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 :             |                                         |           | 11,27 | 11,51 | 42,27    | 353,98   |
| <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                             | Запеканка картофельная с отварным мясом | 200       | 21,87 | 19,87 | 38,69    | 425,50   |
| 11                             | Компот из яблок свежих                  | 150       | 0,13  | 0,13  | 10,57    | 43,23    |
| 12                             | Хлеб ржаной                             | 30        | 1,98  | 0,96  | 12,75    | 54,30    |
| 13                             | Хлеб пшеничный                          | 20        | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 47,60    |
| Итого за обед :                |                                         |           | 34,96 | 34,87 | 103,31   | 857,39   |
| <b>Уплотненный полдник</b>     |                                         |           |       |       |          |          |
| 14                             | Сок фруктовый                           | 60        | 0,24  | 0,06  | 9,42     | 40,80    |
| Итого за Уплотненный полдник : |                                         |           | ,24   | ,06   | 9,42     | 40,8     |
| <b>Ужин</b>                    |                                         |           |       |       |          |          |
| 15                             | Запеканка из творога с морковью         | 120       | 18,81 | 16,76 | 24,30    | 323,99   |
| 16                             | Сметана порционная                      | 14        | 0,30  | 3,70  | 0,42     | 36,22    |
| 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 :                |                                         |           | 26,23 | 26,22 | 47,42    | 531,83   |
| Итого за день                  |                                         |           | 72,94 | 72,73 | 211,84   | 1824,8   |

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

Заведующий \_\_\_\_\_ М.А. Васильева