

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
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	19,88
2	Каша геркулесовая на воде	180	5,98	8,64	19,43	177,95
3	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
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
Второй завтрак						
6	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	40,80
Итого за Второй завтрак :			,24	,06	9,42	40,8
Обед						
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
Уплотненный полдник						
15	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	40,80
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	40,8
Ужин						
16	Рис отварной	130	22,05	19,42	16,44	330,91
17	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
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