

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16"
_____ М.А. Васильева
7/24/2025

Меню на 28.07.2025

(Ясли)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	13,81
2	Вермишель отварная	150	4,61	7,33	18,56	109,88
3	Чай с сахаром	150	0.00	0.00	4.99	18.95
4	Печенье	20	1,50	2,36	14,88	60,56
Итого за Завтрак :			9,89	14,84	49,41	256,86
Второй завтрак						
5	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	28,33
Итого за Второй завтрак :			,24	,06	9,42	28,33
Обед						
6	Салат икра кабачковая	45	0,98	4,61	4,41	41,56
7	Суп харчо с мясом птицы	150	4,23	4,31	13,19	76,65
8	Птица тушеная в соусе томатном	85	17,59	9,04	2,30	111,82
9	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,69	4,79	25,73	117,03
10	Компот из сухофруктов	150	0,54	0,02	22,00	60,68
11	Хлеб ржаной	30	1,98	0,96	12,75	37,71
12	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,01	57,85
Итого за обед :			33,67	24,01	97,4	503,29
Уплотненный полдник						
13	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	28,33
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	28,33
Ужин						
14	Зеленый горошек	25	1,19	0,05	3,04	12,04
15	Картофель отварной	110	12,62	14,17	2,63	130,63
16	Чай с сахаром	150	0.00	0.00	4.99	18.95
17	Хлеб ржаной	25	1,65	0,80	10,63	31,42
18	Соль на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			17,88	17,78	27,54	227,84
Итого за день			61,92	56,75	193,19	1044,65

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева