

Согласованно:

Заведующий МДОАУ _____



Меню на 16.06.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша гречневая вязкая с сахаром	160	4,21	9,33	20,05	180,96
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	6,56	10,20	56,77	329,76
Завтрак 2					
Напиток из плодов шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Итого за Завтрак 2	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Обед					
Овощи натуральные соленые	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Суп лапша домашняя	180	1,84	4,01	10,00	79,92
Гуляш из говядины	70	20,60	22,00	4,20	297,00
Пюре из гороха	130	12,60	1,25	25,18	151,32
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Обед	680	39,24	27,91	84,23	735,24
Полдник					
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за Полдник	250	3,85	4,90	52,20	268,50
Ужин					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	200	19,30	33,18	25,76	256,25
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	24,60	34,88	66,26	454,75
Итого за день	1 960	74,88	78,16	279,98	1 875,55

Согласованно:

Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 16.06.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша гречневая вязкая с сахаром	140	5,20	7,32	18,54	160,95
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	350	6,79	7,90	48,62	277,55
Завтрак 2					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Итого за Завтрак 2	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Обед					
Овощи натуральные соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,90
Суп лапша домашняя	150	1,53	3,34	8,33	66,6
Гуляш из говядины	70	20,60	22,00	4,20	297,00
Пюре из гороха	110	10,71	1,06	21,30	128,04
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Обед	550	36,10	26,91	68,19	635,82
Полдник					
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Печенье	35	2,63	3,43	26,04	145,95
Итого за Полдник	215	2,72	3,43	39,54	199,95
Ужин					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	150	14,47	24,89	19,32	192,19
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	400	18,37	25,29	58,92	369,69
Итого за день	1 665	64,51	63,76	232,37	1 555,76