

На 02 Июнь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			345.36	299.27
Каша гречневая рассыпчатая	80	60	124.48	87.30
Бутерброд с сыром	37	36	123.82	118.37
Яйцо отварное	55	55	76.84	76.84
Чай с сахаром и лимоном	180	150	20.22	16.76
Завтрак 2			155.75	124.02
Сок фруктовый	70	70	32.28	32.28
Печенье	30	22	123.47	91.74
Обед			605.94	462.12
Суп рыбный	200	150	130.56	112.67
Тефтели мясные	50	45	162.04	128.64
Картофель отварной со сл. маслом	100	80	92.99	65.78
Помидоры свежие	30	25	5.41	4.59
Хлеб пшеничный	39	20	96.07	48.40
Хлеб ржано – пшеничный	35	30	71.09	60.30
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	47.78	41.74
Полдник			252.36	216.63
Сырники из творога	82		234.65	202.46
Чай с сахаром	180	150	17.71	14.17
			1359.41	1102.04
Стоимость дня	156	133		

Медсестра _____ ()

Номер Название

Сад

Ясли

Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры		
Завтрак	345.36	14.24	37.88	15.42	299.27	12.53	29.95	14.26	
1.357	Каша гречневая рассыпчатая	124.48	4.01	21.29	3.19	87.30	2.69	14.32	2.49
1.504	Бутерброд с сыром	123.82	3.88	10.69	6.57	118.37	3.52	10.69	6.12
3.390	Йогурт вареный	76.84	6.22	0.34	5.63	76.84	6.22	0.34	5.63
1.277	Чай с сахаром и лимоном	20.22	0.13	5.56	0.03	16.76	0.10	4.60	0.02
Завтрак 2	155.75	2.57	29.05	2.97	124.02	2.00	23.39	2.23	
2.70	Сок фруктовый	32.28	0.35	7.02	0.07	32.28	0.35	7.02	0.07
1.27	Печенье	123.47	2.22	22.03	2.90	91.74	1.65	16.37	2.16
Обед	605.94	23.62	76.90	20.48	462.12	18.78	56.54	16.22	
1.736	Суп рыбный	130.56	4.52	16.86	4.20	112.67	3.83	14.15	3.82
2.1272	Тефтели мясные	162.04	10.55	2.05	12.14	128.64	9.14	1.32	9.53
1.306	Картофель отварной со сл. маслом	92.99	1.93	15.67	2.23	65.78	1.33	10.78	1.71
1.56	Помидоры свежие	5.41	0.26	0.81	0.06	4.59	0.22	0.69	0.05
1.35	Хлеб пшеничный	96.07	3.37	16.87	1.31	48.40	1.70	8.50	0.66
1.248	Хлеб ржаной – пшеничный	71.09	2.72	13.33	0.50	60.30	2.31	11.31	0.42
1.1300	Компот из смеси сухофруктов и компотной смеси	47.78	0.27	11.31	0.04	41.74	0.25	9.79	0.03
Полдник	252.36	14.98	27.01	9.73	216.63	13.38	22.27	8.49	
1.328	Сырники из творога	234.65	14.88	21.99	9.70	202.46	13.30	18.25	8.47
1.307	Чай с сахаром	17.71	0.10	5.02	0.03	14.17	0.08	4.02	0.02
	1359.41	55.41	170.84	48.60	1102.04	46.69	132.15	41.20	