

На 03 Март 2025 г

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			328.06	295.26
Макаронны отварные с маслом	80	60	128.14	96.18
Бутерброд с маслом	30	30	97.90	97.90
Яйцо отварное	55	55	76.84	76.84
Чай с сахаром	180	150	25.18	24.34
Завтрак 2			167.53	138.97
Сок фруктовый осветленный	75	75	34.72	34.72
Печенье	30	25	132.81	104.25
Обед			717.08	551.54
Суп картофельный с горохом	200	150	134.82	103.79
Плов из отварной говядины	150	130	318.21	257.69
Кабачковая икра	40	35	40.44	34.30
Хлеб пшеничный	40	20	97.77	48.40
Хлеб ржано - пшеничный	34	30	68.84	60.30
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	57.00	47.06
Полдник			483.67	438.03
Вареники ленивые со сметаной	120	100	381.70	337.78
Кефир	195	190	101.97	100.25
			1696.34	1423.80
Стоимость дня	156	133		

Медсестра _____ (_____)

Номер	Название	Сал				Ясли			
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак									
2.386	Макаронны отварные с маслом	328.06	12.43	37.89	13.06	295.26	11.08	31.06	13.15
3.441	Бутерброд с маслом	128.14	3.95	19.65	2.94	96.18	2.62	13.03	3.04
3.390	Йогурт отварное	97.90	2.16	10.67	4.46	97.90	2.16	10.67	4.46
1.307	Чай с сахаром	76.84	6.22	0.34	5.63	76.84	6.22	0.34	5.63
Завтрак 2									
1.70	Сок фруктовый осветленный	25.18	0.10	7.23	0.03	24.34	0.08	7.02	0.02
1.27	Печенье	167.53	2.77	31.25	3.20	138.97	2.26	26.15	2.53
Обед									
1.55	Суп картофельный с горохом	34.72	0.38	7.55	0.08	34.72	0.38	7.55	0.08
1.456	Плов из отварной говядины	132.81	2.39	23.70	3.12	104.25	1.88	18.60	2.45
1.22	Кабачковая икра	717.08	24.52	93.30	25.96	551.54	19.57	68.38	21.25
1.35	Хлеб пшеничный	134.82	3.68	15.98	6.09	103.79	2.82	12.21	4.76
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	318.21	13.81	30.39	15.42	257.69	11.92	22.45	13.16
1.1300	Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	40.44	0.66	3.05	2.60	34.30	0.56	2.59	2.21
Полдник									
1.316	Вареники ленивые со сметаной	97.77	3.43	17.17	1.33	48.40	1.70	8.50	0.66
1.124	Кефир	68.84	2.64	12.91	0.48	60.30	2.31	11.31	0.42
Итого									
		483.67	25.81	53.02	17.67	438.03	23.73	47.54	15.95
		381.70	20.42	45.32	12.86	337.78	18.43	39.97	11.22
		101.97	5.39	7.70	4.81	100.25	5.30	7.57	4.73
		1696.34	65.53	215.46	59.89	1423.80	56.64	173.13	52.88