

На 16 Июнь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Мельникова Е.В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			356.23	290.24
Каша гречневая рассыпчатая	80	60	133.92	87.30
Яйцо отварное	27,5	27,5	38.41	38.41
Кабачковая икра	35	30	36.55	29.40
Бутерброд с сыром	38	36	125.20	118.37
Чай с сахаром и лимоном	180	150	22.15	16.76
Завтрак 2			162.52	124.99
Сок фруктовый	72	72	33.25	33.25
Печенье	30	22	129.27	91.74
Обед			586.79	469.59
Суп рыбный	200	150	155.08	125.20
Тефтели мясные	45	40	137.05	126.89
Картофель отварной со сл. маслом	100	80	96.36	65.78
Помидоры свежие	30	25	5.63	4.59
Хлеб пшеничный	35	20	85.79	48.40
Хлеб ржано – пшеничный	32	30	65.93	60.30
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	40.95	38.43
Полдник			272.83	225.76
Сырники и творога	90	80	255.08	211.59
Чай с сахаром	180	150	17.75	14.17
			1378.37	1110.58
Стоимость дня	156	133		

Медсестра

Номер	Название	Сад			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак		356.23	12.19	43.00	15.16	290.24	9.90	32.00	13.33
1.357	Каша гречневая рассыпчатая	133.92	4.38	23.26	3.29	87.30	2.69	14.32	2.49
3.390	Яйцо отварное	38.41	3.11	0.17	2.81	38.41	3.11	0.17	2.81
1.22	Кабачковая икра	36.55	0.60	2.76	2.35	29.40	0.48	2.22	1.89
1.504	Бутерброд с сыром	125.20	3.97	10.69	6.68	118.37	3.52	10.69	6.12
1.277	Чай с сахаром и лимоном	22.15	0.13	6.12	0.03	16.76	0.10	4.60	0.02
Завтрак 2		162.52	2.69	30.29	3.11	124.99	2.01	23.60	2.23
2.70	Сок фруктовый	33.25	0.36	7.23	0.07	33.25	0.36	7.23	0.07
1.27	Печенье	129.27	2.33	23.06	3.04	91.74	1.65	16.37	2.16
Обед		586.79	21.91	72.13	21.46	469.59	18.35	55.16	17.91
1.736	Суп рыбный	155.08	4.26	16.64	7.14	125.20	3.63	13.29	5.69
2.1272	Тефтели мясные	137.05	9.66	1.75	10.04	126.89	8.95	1.47	9.35
1.306	Картофель отварной со сл. маслом	96.36	1.94	15.67	2.56	65.78	1.33	10.78	1.71
1.56	Помидоры свежие	5.63	0.28	0.84	0.06	4.59	0.22	0.69	0.05
1.35	Хлеб пшеничный	85.79	3.01	15.07	1.17	48.40	1.70	8.50	0.66
1.248	Хлеб ржанο – пшеничный	65.93	2.53	12.37	0.46	60.30	2.31	11.31	0.42
1.1300	Компот из смеси сушфруктов и компотной смеси	40.95	0.23	9.79	0.03	38.43	0.21	9.12	0.03
Полдник		272.83	14.72	29.20	11.10	225.76	12.86	23.56	9.16
1.328	Сырники и творога	255.08	14.61	24.17	11.07	211.59	12.78	19.54	9.14
1.307	Чай с сахаром	17.75	0.11	5.03	0.03	14.17	0.08	4.02	0.02
		1378.37	51.51	174.62	50.83	1110.58	43.12	134.32	42.63