

На 18 Июнь 2025г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Мельникова Е.В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			307.32	263.52
Суп.молочный с гречневой крупой	200	150	165.30	132.27
Бутерброд с сыром	38	36	125.20	118.37
Чай с сахаром и лимоном	180	150	16.82	12.88
Завтрак 2			66.62	64.34
Сок фруктовый	72	72	33.22	33.22
Яблоки порционные	65	60	33.40	31.12
Обед			600.21	478.90
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	150	124.70	97.59
Фрикадельки мясные в томатном соусе	50	45	169.94	149.92
Каша кукурузная	80	60	118.21	80.56
Помидоры свежие	30	25	5.17	4.44
Хлеб пшеничный	30	20	73.08	48.40
Хлеб ржано – пшеничный	33	30	67.74	60.30
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	41.37	37.69
Полдник			359.92	319.52
Вареники ленивые со сметаной	100	85	345.59	307.04
Чай с сахаром	180	150	14.33	12.48
			1334.07	1126.28
Стоимость дня	156	133		
Медсестра _____				

Номер	Название	Сад			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак		307.32	10.45	35.56	13.68	263.52	8.89	30.53	11.61
1.493	Суп молочный с гречневой крупой	165.30	6.37	20.20	6.97	132.27	5.28	16.28	5.47
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	16.82	0.11	4.67	0.03	12.88	0.09	3.56	0.02
Завтрак 2		66.62	0.53	14.59	0.18	64.34	0.52	14.08	0.17
2.70	Сок фруктовый	33.22	0.36	7.22	0.07	33.22	0.36	7.22	0.07
1.57	Яблоки порционные	33.40	0.17	7.37	0.11	31.12	0.16	6.86	0.10
Обед		600.21	20.01	77.07	21.85	478.90	16.26	58.56	18.53
1.378	Суп картофельный с макаронными изделиями	124.70	2.50	15.58	5.43	97.59	1.90	11.80	4.44
1.1772	Фрикадельки мясные в томатном соусе	169.94	9.35	4.40	12.53	149.92	8.22	3.42	11.24
1.1083	Каша кукурузная	118.21	2.49	21.23	2.32	80.56	1.67	14.22	1.69
1.56	Помидоры свежие	5.17	0.25	0.77	0.06	4.44	0.22	0.66	0.05
1.35	Хлеб пшеничный	73.08	2.57	12.84	1.00	48.40	1.70	8.50	0.66
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	67.74	2.59	12.70	0.47	60.30	2.31	11.31	0.42
1.1300	Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	41.37	0.26	9.55	0.04	37.69	0.24	8.65	0.03
Полдник		359.92	17.98	47.10	10.95	319.52	15.90	41.50	9.87
1.316	Вареники ленивые со сметаной	345.59	17.88	43.07	10.92	307.04	15.82	37.98	9.85
1.307	Чай с сахаром	14.33	0.10	4.03	0.03	12.48	0.08	3.52	0.02
		1334.07	48.97	174.32	46.66	1126.28	41.57	144.67	40.18