

30-Апреля-2025

Ясли

МЕНЮ

"Утверждаю"

Ю.В.Зими́на

МБДОУ д/с16

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша пшеничная жидкая молочная	150,00	4,11	4,29	25,20	153,90	0,00	111/5
2	Бутерброды с маслом сливочным	35,00	2,15	6,60	12,79	119,00	0,00	1
3	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,34	2,00	10,64	70,01	0,98	264
4	Второй завтрак	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Напиток из плодов шиповника	150,00	0,51	0,21	14,24	61,01	75,00	267
Итого завтрак:			9,11	13,10	62,86	403,91	75,98	
ОБЕД								
1	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	150,00	2,33	3,20	5,94	61,89	11,15	56/1
2	Сметана	10,00	0,26	1,50	0,36	16,20	0,04	319
3	Каша вязкая гречневая	110,00	3,52	3,56	15,38	107,25	0,00	106/1
4	Гуляш из отварного мяса (фаршем)	60,00	7,71	6,20	1,98	94,50	0,30	177
5	Хлеб ржаной	35,00	1,72	0,35	15,68	73,50	0,00	311
6	Чай с сахаром	150,00	0,06	0,02	10,49	42,00	0,02	261
Итого обед:			15,59	14,83	49,82	395,34	11,50	
ПОЛДНИК								
1	Сдоба обыкновенная	100,00	6,24	4,72	52,30	282,00	0,00	290
2	Чай с молоком или сливками	150,00	2,66	2,33	11,31	77,00	0,02	263
Итого полдник:			8,90	7,05	63,61	359,00	0,02	
Итого за день:			33,59	34,97	176,30	1 158,25	87,49	
Стоимость дня:								166,75р.

