

Меню на 11.07.2025

УТВЕРЖДАЮ
И.О. заведующего МБДОУ МБДОУ (Сергеева В.В.)
11.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Суп молочный с изделиями макаронными	167	167	4,94	4,94	4,34	4,34	15,71	15,71	121,2	121,2	93
какао с молоком	164	0	2,84	0	2,56	0	12,37	0	84,19	0	397
какао с молоком.	0	164	0	2,43	0	2,13	0	13,03	0	81,08	397
хлеб пшеничный	32	32	2,52	2,52	0,32	0,32	15,45	15,45	75,37	75,37	529
Итого за завтрак 1	363	363	10,3	9,89	7,22	6,79	43,52	44,18	280,8	277,7	
Завтрак 2											
Соки фруктовые	93	93	0,47	0,47	0,09	0,09	9,39	9,39	42,78	42,78	399
Итого за завтрак 2	93	93	0,47	0,47	0,09	0,09	9,39	9,39	42,78	42,78	
На весь день											
Соль йодированная	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за весь день	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Борщ с картофелем	150	150	1,24	1,24	3	3	8,46	8,46	65,84	65,84	58
сметана 15% жир	5	5	0,12	0,12	0,75	0,75	0,14	0,14	8	8	93
Пюре картофельное	120	120	2,44	2,44	3,84	3,84	16,34	16,34	109,8	109,8	321
Рыба. тушеная в томате с овощами	80	80	8,17	8,17	4,6	4,6	3,45	3,45	87,93	87,93	144
Напиток из плодов шиповника	150	150	0,51	0,51	0,21	0,21	15,56	15,56	65,83	65,83	398
Хлеб ржаной	36	36	0,22	0,22	0,43	0,43	14,26	14,26	71,28	71,28	530
Итого за обед	541	541	12,69	12,69	12,83	12,83	58,21	58,21	408,6	408,6	
Полдник											
Блины	55	105	2,57	4,91	1,38	2,63	19,72	37,65	101,5	193,8	447
Чай с сахаром	0	150	0	0,05	0	0,02	0	8,32	0	33,33	392
чай с сахаром	150	0	0,04	0	0,01	0	6,99	0	28	0	392
Итого за полдник	205	255	2,61	4,96	1,39	2,65	26,71	45,96	129,5	227,1	
Рекомендованный ужин 1/ Пельмени отварные, сметана. Лимонный напиток. Фрукты.											
Итого за рекомендованный ужин 1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1205	1255	26,07	28	21,53	22,37	137,8	157,8	861,7	956,2	

Исполнитель: Калыкулятор Фил (Филиппова Л.А.)