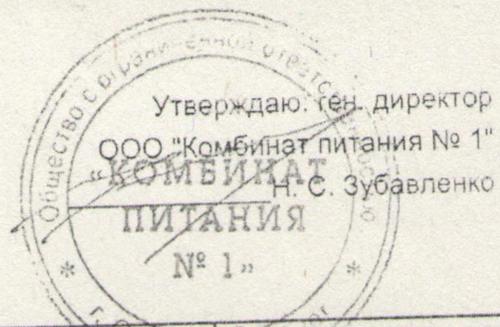


Согласованно:

Заведующий МДОАУ 1.96

Н.С. Зубавленко

Меню на 10.06.2025г

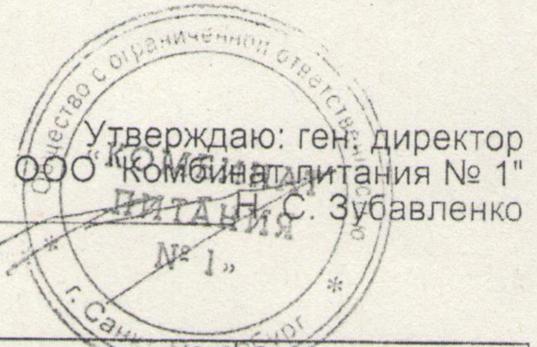


Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша манная молочная жидкая	160	4,96	5,97	24,69	172,32
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
Итого за Завтрак 1	400	11,27	10,75	56,01	366,22
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Обед					
Салат "Степной"	50	0,91	3,89	6,75	65,40
Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00
Плов из птицы	170	17,63	6,17	28,48	250,13
Компот из свежих плодов	200	0,50	0,20	23,10	96,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	670	24,30	14,66	91,45	605,03
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Оладьи	60	4,50	7,61	23,21	178,87
Итого за Полдник	260	5,20	7,91	46,01	275,87
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	205	10,20	6,65	45,70	283,90
Чай с сахаром	200	0,1	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	455	8,82	10,68	37,44	434,40
Итого за день	1 965	50,04	44,00	255,21	1 780,52

Согласованно:
Заведующий МДОАУ № 196

Иванов (Тимова С.А.)

Меню (ясли) на 10.06.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
Итого за Завтрак 1	350	9,75	9,58	46,19	310,38
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Итого за Завтрак 2	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Обед					
Салат "Степной"	30	0,55	2,33	4,05	39,24
Борщ с капустой и картофелем	150	1,10	3,00	6,39	57,00
Плов из птицы	150	15,56	5,44	25,13	220,70
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого за Обед	520	20,63	11,24	72,58	482,94
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
Итого за Полдник	200	4,28	6,57	36,44	221,81
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	160	7,96	5,19	35,64	221,58
Чай с сахаром	200	0,1	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Ужин	400	8,82	10,68	37,44	353,98
Итого за день	1 620	43,86	38,07	212,90	1 436,99