

Заведующий _____ Е.В. Карамушко

Меню Среда 14.05.2025

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"

Категория довольствующихся: **Ясли 1-3 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Пудинг из творога паровой	110	15,2	9,8	23,6	118,3	248
	Соус молочный (сладкий)	25	0,6	1,1	3,7	20,8	369
	Бутерброд с маслом	35	1,9	4,3	13,3	98,1	1
	Чай с молоком	180	3,3	2,8	15,1	76,0	413
Общий выход всех блюд на Завтрак		350	21,0	17,9	55,8	313,1	
Завтрак2	Кисломолочный напиток(кефир)	150	4,5	3,8	5,9	75,0	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,5	3,8	5,9	75,0	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,4	2,1	1,4	25,3	15
	Борщ с фасолью и картофелем	150	2,1	4,5	8,7	73,8	69
	Жаркое по-домашнему	160	10,4	17,7	19,8	192,9	292
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	47,0	509
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6	508
	Кисель из шиповника (витаминный)	150	0,2	0,0	16,2	58,2	399
Общий выход всех блюд на Обед		560	17,4	25,0	69,2	466,8	
Уплотненный полдник	Суп молочный с крупой (ячневой)	150	3,9	4,5	18,5	106,5	101
	Яйца вареные	40	5,2	4,4	0,4	62,0	227
	Крендель сахарный	60	2,3	5,9	26,2	145,7	443
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,9	72,1	390
	Фрукты сезонные	80	0,3	0,3	8,3	40,5	386
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		480	11,7	15,2	71,4	426,8	
Итого за 3 день:		1540	54,6	61,8	202,1	1281,7	