

**Меню Пятница 23.05.2025**

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"  
 Категория довольствующихся: **САД 3-7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Омлет натуральный	130	8,2	14,6	3,3	188,8	229
	Икра кабачковая консервированная	60	0,0	4,2	4,8	46,5	57
	Батон	35	2,3	5,0	15,4	64,5	1
	Какао с молоком	180	3,8	3,1	15,1	100,1	416
<b>Общий выход всех блюд на Завтрак</b>		<b>405</b>	<b>14,2</b>	<b>26,9</b>	<b>38,6</b>	<b>399,9</b>	
Завтрак2	Кисломолочный напиток(йогурт)	180	6,1	4,5	12,5	104,4	420
<b>Общий выход всех блюд на Завтрак2</b>		<b>180</b>	<b>6,1</b>	<b>4,5</b>	<b>12,5</b>	<b>104,4</b>	
Обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,2	3,1	5,9	54,6	26
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,5	4,6	10,4	86,4	63
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,1	3,9	24,6	143,1	219
	Пудинг из говядины	80	15,3	7,6	4,9	162,7	307
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	508
	Компот из сухофруктов	180	0,6	0,1	21,3	71,2	394
<b>Общий выход всех блюд на Обед</b>		<b>690</b>	<b>27,0</b>	<b>19,9</b>	<b>83,8</b>	<b>605,0</b>	
Уплотненный полдник	Салат из кукурузы консервированной	60	1,1	4,5	7,5	49,7	12
	Котлеты рыбные запеченные	80	8,0	4,1	12,0	125,0	271
	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	23,4	127,3	339
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,3	19,6	92,0	509
	Сок фруктовый 3-7л	200	0,0	0,0	22,4	90,0	418
	Фрукты сезонные	80	0,3	0,1	12,2	45,6	389
<b>Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник</b>		<b>610</b>	<b>15,7</b>	<b>15,2</b>	<b>97,1</b>	<b>529,5</b>	
<b>Итого за 10 день:</b>		<b>1885</b>	<b>63,0</b>	<b>66,5</b>	<b>231,9</b>	<b>1638,8</b>	