

Заведующий _____ Е.В. Карамушко

Меню Понедельник 23.06.2025

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"

Категория довольствующихся: **САД 3-7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп - туры
			Белки	Жиры	Угле- воды		
День: 1							
Завтрак	Каша жидкая овсяная "Геркулес"	160	2,9	4,4	19,4	121,9	199
	Бутерброд с сыром	60	4,6	7,0	17,2	145,0	3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	14,0	84,0	414
Общий выход всех блюд на Завтрак		400	10,2	13,9	50,5	350,9	
Завтрак2	Кисломолочный напиток(кефир)	180	5,4	4,5	7,2	91,8	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	5,4	4,5	7,2	91,8	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,61	4,09	2,18	47,18	15
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,5	4,6	10,4	86,4	63
	Гуляш из отварного мяса	100	9,2	15,8	5,0	167,5	293
	Каша рассыпчатая (гречневая)	140	7,6	5,9	47,6	188,6	179
	Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	9,6	47,0	509
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	508
	Напиток витаминизированный	180	0,0	0,0	18,1	52,4	514
Общий выход всех блюд на Обед		735	23,8	31,2	109,5	676,1	
Уплотненны й полдник	Пудинг из творога с рисом	150	13,3	15,9	35,2	232,3	250
	Соус молочный (сладкий)	40	0,8	1,8	6,3	33,2	369
	Хлеб пшеничный	15	1,4	0,5	7,4	34,5	509
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	12,9	44,8	412
	Кондитерские изделия	40	3,0	6,8	27,2	115,0	489
	Фрукты сезонные	110	0,4	0,4	10,8	51,7	389
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		555	19,0	25,5	99,8	511,5	
Итого за 1 день:		1870	58,4	75,0	267,0	1630,3	