

Заведующий _____ Е.В. Карамушко

Меню Понедельник 23.06.2025

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"

Категория довольствующихся: **ЯСЛИ 1-3 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Каша жидкая овсяная "Геркулес"	150	2,7	4,1	18,2	114,3	199
	Бутерброд с сыром	45	3,5	5,6	13,4	120,0	3
	Кофейный напиток с молоком	160	2,5	2,1	12,4	74,6	414
Общий выход всех блюд на Завтрак		355	8,6	11,9	44,0	308,9	
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 капустой и картофелем	150	1,1	3,0	7,7	61,5	63
	Гуляш из отварного мяса	80	7,4	11,9	4,5	125,6	293
	Каша рассыпчатая (гречневая)	110	5,3	4,2	27,5	148,2	179
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	47,0	509
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6	508
	Сок фруктовый 1-3г	150	0,0	0,0	17,3	63,0	418
Общий выход всех блюд на Обед		590	18,4	21,9	81,4	540,2	
Уплотненный полдник	Пудинг из творога с рисом	110	9,7	10,9	25,8	201,3	250
	Соус молочный (сладкий)	30	0,7	1,3	4,5	24,9	369
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,8	23,5	509
	Чай с лимоном	180	0,1	0,0	11,6	40,7	412
	Кондитерские изделия	20	1,5	3,4	13,6	52,8	522
	Фрукты сезонные(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	386
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		450	13,2	16,2	70,1	390,3	
Итого за 1 день:		1545	44,8	53,7	201,4	1314,4	