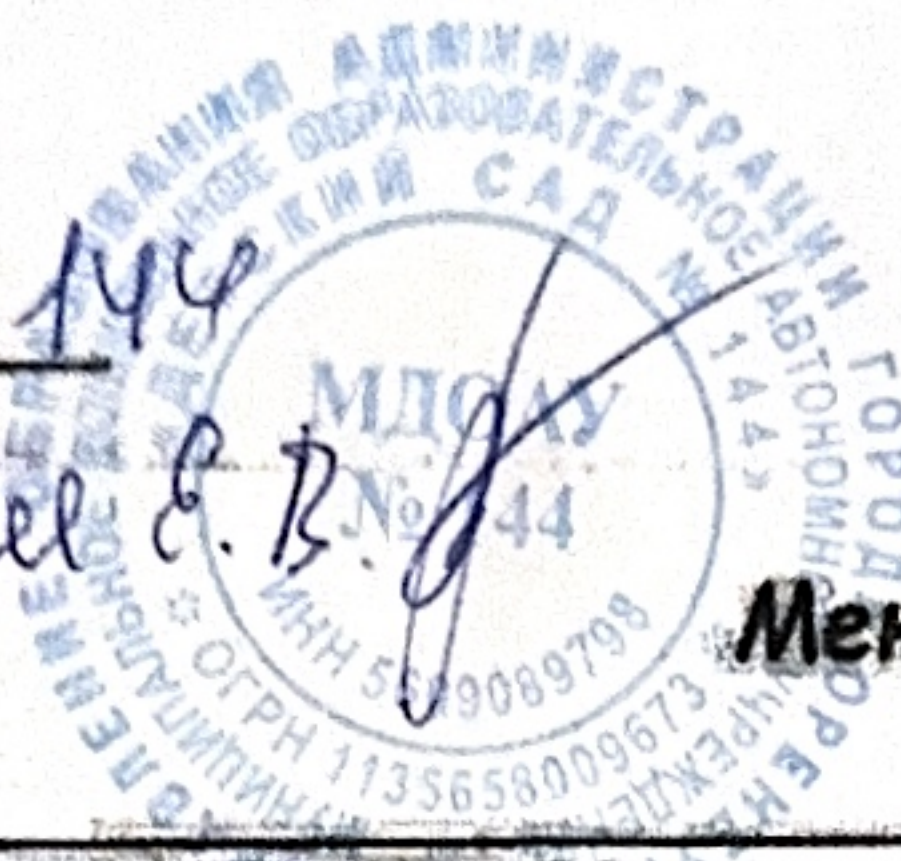


Сопровождение:

Заведующий МДОУ



Меню на 21.07.2025г



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
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,92	5,98	29,20	194,40
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,27	6,85	65,92	343,20
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с морковью	50	0,80	5,05	4,80	68,00
Суп картофельный с бобовыми	180	1,66	3,06	10,89	77,76
Котлеты рубленые	70	10,43	7,70	10,19	151,38
Макаронные изделия отварные	130	4,90	0,59	25,17	125,58
Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	27,00	110,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Обед	660	21,59	17,00	95,05	623,22
Полдник					
Чай с молоком	200	1,5	1,30	15,90	81,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
Итого за Полдник	250	5,75	3,63	45,32	236,83
Ужин					
Рагу из овощей	200	4,84	13,70	20,52	224,46
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	10,04	14,10	74,12	463,96
Итого за день	1 940	46,55	41,58	280,41	1 766,21

Согласовано:
Заведующий МДОУ



Меню на 22.07.2025г



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 из свежих помидоров	50	0,50	5,10	1,75	55,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00
Тфтели мясные (1 - вариант) 70/30	100	9,35	8,52	10,22	155,28
Рис припущенный	130	3,15	3,72	31,78	173,29
Компот из свежих плодов	180	0,50	0,20	23,10	96,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	710	18,76	21,94	99,97	673,07
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
Итого за Полдник	250	4,45	6,64	42,14	246,06
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	45	2,97	0,54	15,30	81,45
Итого за Ужин	450	8,82	10,68	37,44	425,35
Итого за день	1 990	43,75	50,01	259,86	1 809,70