

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)
07.07.2025

Меню на 07.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Макароны отварные с	90	110	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Печенье	30	35	2,11	2,47	0	0	33,3	38,85	122,9	143,3	
Итого за завтрак 1	270	345	11,1	14,45	2,28	3,04	43,04	51,83	159,8	192,6	
Завтрак 2											
Сок	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 2	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Борщ постный со сметаной	180	200	1,44	1,6	3,06	3,4	7,74	8,6	64,8	72	
Оладьи из печени	60	0	10,49	0	11,52	0	5,64	0	173,6	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,6	
Каша пшеничная	90	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Оладьи из печени	0	80	0	13,98	0	15,36	0	7,52	0	231,5	
Каша пшеничная	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Салат из помидоров и огурцом с	40	0	0,39	0	2,85	0	1,52	0	37,72	0	
Компот из сухофруктов	150	0	0,78	0	0	0	20,22	0	80,58	0	
Салат из помидоров и огурцом с	0	50	0	0,49	0	3,57	0	1,9	0	47,15	
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,4	
Хлеб ржаной	40	0	3,08	0	0,56	0	15,08	0	80,4	0	
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	560	875	16,18	31,52	17,99	25,96	50,2	94,18	437,1	709,1	
Полдник											
Кефир	110	120	1,71	1,87	1,42	1,55	2,22	2,42	30,21	32,95	
Печенье домашнее	70	80	5,75	6,57	3,75	4,28	33,8	38,63	191,9	219,4	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	180	400	7,46	20,42	5,17	8,87	36,02	54,03	222,1	301,5	
Ужин 1											
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Салат из свеклы с маслом растительным	60	80	1,01	1,35	4,06	5,42	5,32	7,09	62,15	82,86	
Кисель из яблочного сока	150	180	1,02	1,22	0	0	21,77	26,12	87,15	104,6	
Булка	30	40	2,24	2,99	0,87	1,16	15,41	20,55	78,57	104,8	
Итого за ужин 1	280	340	4,27	5,56	4,93	6,58	42,49	53,75	227,9	292,2	
Итого день	1390	2060	39,01	71,94	30,38	44,45	171,8	253,8	1047	1495	

Исполнитель: Медсестра (Тимоновская В.Д.)