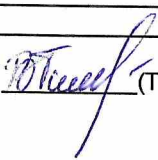


УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

11.07.2025

Меню на 11.07.2025

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											
Омлет натуральный	90	90	7,06	7,06	8,15	8,15	2,88	2,88	112,3	112,3	
Икра кабачковая (овощ.консервы порция)	50	60	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,11	21,48	108,9	145,2	
Булка с маслом	30	0	2,25	0	0,87	0	15,42	0	78,58	0	
Каша рисовая с маслом, сахаром	0	103	0	2,47	0	2,27	0	26,57	0	134,9	1
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Булка с маслом	0	35	0	2,62	0	1,01	0	17,99	0	91,68	
Итого за завтрак 1	320	688	12,74	28,72	12,8	19,51	34,41	81,9	299,7	533,3	
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											
Щи со свежей капустой с мясом со сметаной	200	200	5,6	5,6	5,31	5,31	9,87	9,87	117,4	117,4	
Запеканка Вермишелевая с мясом	145	0	15,18	0	15,04	0	28,77	0	310,8	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,6	
Запеканка Вермишелевая с мясом	0	145	0	15,18	0	15,04	0	28,77	0	310,8	
Салат со свежими огурцами и помидорами	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из свежих яблок	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Салат со свежими огурцами и помидорами	0	60	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из свежих яблок	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Хлеб ржаной	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	0	
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	640	850	24,24	35,18	20,98	23,98	55,61	87,85	518,6	679,2	
Полдник											
Кефир	125	125	6,93	6,93	8,67	8,67	11,13	11,13	153,5	153,5	
Булка	35	35	2,61	2,61	1,02	1,02	17,98	17,98	91,66	91,66	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	160	360	9,55	21,53	9,68	12,72	29,11	42,09	245,1	294,3	
Ужин 1											
Сырники из творога	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Соус сметанный сладкий	40	40	1,46	1,46	2,2	2,2	3,17	3,17	53,45	53,45	
Какао с молоком	180	180	5,85	5,85	5,83	5,83	22,52	22,52	167,4	167,4	
Каша пшенная с сахаром	0	103	0	0	0	0	0	0	0	0	
Печенье	30	0	2,11	0	0	0	33,3	0	122,9	0	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Печенье	0	30	0	2,11	0	0	0	33,3	0	122,9	
Итого за ужин 1	350	653	9,42	21,4	8,03	11,07	58,99	71,97	343,7	392,9	
Итого день	1570	2651	55,96	106,8	51,5	67,29	178,1	283,8	1407	1900	

Исполнитель: Медсестра  (Тимоновская В.Д.)