

Заведующий МБДОУ «Муниципальное специальное (образовательное) учреждение детский сад № 77 «Центр развития ребенка» (Панова Т.В.)

Меню на 30.05.2025

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	112,26	112,26	
Икра кабачковая (овощ.консервы порция)	50	60	0	0	0	0	0	0	0	0	
Каша пшенная с сахаром	103	103	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	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Булка с маслом	35	40	2,62	3	1,01	1,16	17,99	20,56	91,69	104,79	
Итого за завтрак 1	578	693	22,1	26,62	15,22	17,39	46,71	57,9	349,77	411,47	
Завтрак 2											
Сок	180	180	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 2	180	180	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Суп гречневый на м/кб	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ленивые голубцы с мясом,с рисом	130	180	8,69	12,04	9,59	13,27	14,07	19,48	177,64	245,96	
Компот из сухофруктов	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	26,96	80,58	107,44	
Хлеб ржаной	40	45	3,08	3,46	0,56	0,63	15,08	16,97	80,4	90,45	
Итого за обед	500	625	12,55	16,54	10,15	13,9	49,37	63,4	338,62	443,85	
Полдник											
Кефир	130	140	7,21	7,76	9,01	9,71	11,58	12,47	159,59	171,87	
Булка	30	35	2,24	2,61	0,87	1,02	15,41	17,98	78,57	91,66	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Итого за полдник	310	375	18,43	22,35	12,16	13,76	36,72	43,43	275,08	312,75	
Ужин 1											
Вареники ленивые с маслом	90	100	13,54	15,04	10,19	11,32	11,18	12,42	194,03	215,59	
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Какао с молоком	150	180	4,88	5,85	4,86	5,83	18,77	22,52	139,5	167,4	
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	110	5,75	5,75	3,88	3,88	28,99	28,99	173,81	173,81	
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	122,85	143,33	
Итого за ужин 1	565	665	36,54	42,55	23,13	26,27	104,74	118,93	713,87	802,79	
Итого день	2133	2538	89,63	108,06	60,66	71,32	237,55	283,66	1677,3	1970,9	

Исполнитель: Медсестра В.Д. Тимоновская (Тимоновская В.Д.)