

Заведующий МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 57 «Центр развития ребенка» (Панова Т.В.)



Меню на 25.07.2025

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	35	0	2,62	0	1,01	0	17,99	0	91,68	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	40	0	3	0	1,16	0	20,56	0	104,8	
Итого за завтрак 1	325	693	13,12	29,09	12,94	19,65	36,98	84,47	312,8	546,4	
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	180	200	5,04	5,6	4,78	5,31	8,88	9,87	105,6	117,4	
Запеканка Вермишелевая с мясом	125	0	13,08	0	12,97	0	24,8	0	268	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	150	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	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	545	850	21,2	35,18	18,31	23,98	48,76	87,85	454	679,2	
Полдник											
Кефир	115	125	6,38	6,93	7,97	8,67	10,24	11,13	141,2	153,5	
Булка	35	40	2,61	2,99	1,02	1,16	17,98	20,55	91,66	104,8	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	150	365	8,99	21,9	8,99	12,87	28,22	44,66	232,8	307,4	
Ужин 1											
Сырники из творога	90	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
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 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	305	653	8,27	21,4	6,79	11,07	54,84	71,97	309,1	392,9	
Итого день	1425	2661	51,58	107,6	47,02	67,58	168,8	288,9	1309	1926	

Исполнитель: Медсестра  (Тимоновская В.Д.)