

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №16»
_____/ГЕРАСИМОВА М. В./

МЕНЮ
1 августа 2025 г.

Сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,62	9,82	29,84	235,38	0,76
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	3,07	9,31	20,78	179,29	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	195/8	4,26	4,54	13,85	114,44	0,76
Итого			453	13,95	23,67	64,47	529,11	1,52
II Завтрак								
2008		ГРУША	139	0,56	0,42	14,31	65,28	6,94
2008		МАРМЕЛАД	42	1,17	1,38	32,21	147,50	0,00
Итого			181	1,73	1,80	46,52	212,78	6,94
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	55	1,19	2,99	5,69	55,22	11,07
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б	200	3,88	4,36	9,42	92,77	4,63
2012	251	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	155	17,01	8,75	2,51	157,07	0,45
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,09	0,01	9,58	40,57	1,69
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,99	0,40	19,13	92,07	0,00
Итого			655	25,16	16,51	46,33	437,70	17,84
Полдник								
2008	451	БУЛОЧКА ЛИМОННАЯ	70	4,44	6,79	26,45	184,86	0,42
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	190	0,08	0,00	6,61	26,75	0,02
Итого			260	4,52	6,79	33,06	211,61	0,44
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	230	4,41	7,22	25,31	185,14	14,36
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,26	0,88	15,51	79,08	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,08	0,00	6,84	27,69	0,02
Итого			460	6,75	8,10	47,66	291,91	14,38
Всего				52,11	56,87	238,04	1 683,11	41,12