

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 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	225	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	175/30	26,87	19,40	19,04	372,34	0,56
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	200/8	4,39	4,69	14,20	117,61	0,78
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	3,06	9,08	20,71	177,00	0,00
Итого			463	34,32	33,17	53,95	666,95	1,34
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	132	0,53	0,53	12,89	61,84	13,16
Итого			132	0,53	0,53	12,89	61,84	13,16
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	1,30	3,16	6,43	60,88	11,92
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	6,83	7,83	13,74	156,04	11,96
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	45	10,21	12,95	6,22	182,13	0,40
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	3,89	25,67	153,29	12,48
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,04	11,22	48,45	0,21
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,40	0,45	21,75	104,66	0,00
Итого			726	26,20	28,32	85,03	705,45	36,97
Полдник								
2012	449	БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/25	7,27	9,09	41,54	277,05	0,24
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,78	27,41	0,02
Итого			280	7,35	9,09	48,32	304,46	0,26
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,36	7,45	28,07	209,72	0,78
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	0,88	15,52	79,12	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,75	27,28	0,02
Итого			430	9,71	8,33	50,34	316,12	0,80
Всего				78,11	79,44	250,53	2 054,82	52,53