Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
МБДОУ Детский сад №16

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ Детский сад №16
_____Г.О.Носонова

подпись

Меню на 27.10.2025 (день 1)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
				белки		жиры		Углеводы			
		3-7 л		3-7 л	1-3г	3-7 л	1-3г	3-7 л	1-3г	3-7 л	1-3г
Завтрак	*Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев Геркулес с маслом и с сахаром*	180		6,50		5,06		18,83		189,65	
	Какао с молоком	180		1,40		0,50		16,24		92,30	
	Бутерброды с сыром	40		2,06		6,73		9,76		78,92	
Итого за завтрак		400		9,96		12,29		44,83		360,87	
Обед	*Икра морковная*	60		0,82		2,06		2,15		39,20	
	Суп картофельный с бобовыми	180		6,98		5,24		16,60		166,61	
	Гуляш из отварной куриной грудки филе	80		5,78		8,62		2,95		97,28	
	Макаронные изделия отварные	150		4,05		5,02		73,35		365,55	
	Компот из сушеных фруктов	180		0,09		0,00		10,19		38,12	
	Хлеб ржано-пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
	Хлеб пшеничный	30		1,68		0,24		14,76		58,50	
Итого за обед		710		19,88		21,51		120,72		792,17	
Уплотнённый полдник	*Рыба запеченная в омлете*	80		10,22		9,61		7,24		74,59	
	Рагу из овощей	130		1,43		6,25		12,48		105,99	
	Соус белый основной	30		0,18		1,05		1,10		11,61	
	Хлеб ржано-пшеничный	30		0,48		0,33		0,72		26,91	
	Чай с сахаром	180		0,09		0,00		5,40		37,06	
Итого за уплотнённый полдник		450		12,40		17,24		26,94		256,16	
Итого за день		1650		42,24		51,04		192,49		1409,20	