

МБДОУ Детский сад "Ленок"

Категория:

1,5-3 года

Дата:

26.05.2025

Утверждаю

Руководитель учреждения

Касимова Н.Л.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамин (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		421	8,84	9,00	40,92	282,53	1,44	30,37
Каша рисовая молочная жидкая	98	155	3,84	4,96	19,06	157,6	1,09	12,09
Чай с молоком	262	180	2,5	2,29	11,94	69,53	0,35	6,59
Яйцо отварное	118	40	1,96	1,76	0,01	24,2		8,90
Хлеб пшеничный	б/н	46	0,71	0,08	4,66	22,8		2,79
Второй завтрак		140	1,35	0,45	12,15	72,00	0,00	18,20
Фрукт (апельсин)	б/н	140	1,35	0,45	12,15	72,00		18,20
Обед		524	15,13	16,57	70,97	491,07	28,90	43,88
Суп овощной со сметаной	35	158	1,16	3,53	9,57	69,32	9,00	6,07
Пюре из гороха с маслом	108	115	5,7	2,82	13,3	107,2	7,00	6,87
Голубцы ленивые	150	60	5,61	5,72	4,21	90,6	8,69	22,67
Компот из кураги	239	150	0,25		17,04	69,16	4,21	5,87
Хлеб ржаной	б/н	41	3,33	0,37	18,57	87,82		2,41
Полдник		200	6,40	7,00	31,54	208,63	1,21	27,02
Йогурт (кисломолочный продукт)	251	150	2,5	2,34	5,7	52,5	1,12	16,23
Ватрушка с творож, фаршем	289	50	3,9	4,19	26,84	156,13	0,09	10,79
Итого			31,93	35,00	152,48	978,86	31,55	119,45

МБДОУ Детский сад "Ленок"

Категория:

3-7 лет

Дата:

26.05.2025

Утверждаю

Руководитель учреждения

Касимова Н.Л.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамин (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		495	10,89	12,96	51,81	362,38	1,93	35,34
Каша рисовая молочная жидкая	98	205	5,12	6,62	32,61	210,13	1,46	16,21
Чай с молоком	262	200	2,79	2,55	13,27	77,25	0,47	7,21
Яйцо отварное	118	40	3,92	3,52	0,02	48,4		8,90
Хлеб пшеничный	б/н	50	2,55	0,27	14,85	67,8		3,03
Второй завтрак		140	1,80	0,40	13,20	96,00	0,00	18,20
Фрукт (апельсин)	б/н	140	1,80	0,40	1,00	96,00		18,20
Обед		659	19,03	21,73	91,41	635,10	37,87	50,89
Суп овощной со сметаной	35	208	1,54	4,69	12,76	92,19	12,00	8,22
Пюре из гороха с маслом	108	155	6,2	3,84	20,13	146,13	10,11	8,08
Голубцы ленивые	150	70	6,56	6,69	4,93	106,21	10,14	25,48
Компот из кураги	239	180	0,3	0,00	22,45	83,00	5,62	6,40
Хлеб ржаной	б/н	46	4,25	0,45	27,25	124,3		2,71
Полдник		260	8,46	9,87	39,41	275,98	1,61	33,61
Йогурт (кисломолочный продукт)	251	190	3,00	4,00	6,84	63,00	1,48	20,70
Ватрушка с творож, фаршем	289	70	5,46	5,87	32,57	212,98	0,13	12,91
Итого			40,21	45,00	195,83	1369,46	41,41	138,83