

МБДОУ Детский сад "Ленок"

Категория:

1,5-3 года

Дата:

02.06.2025

Утверждаю

Руководитель учреждения:

Касимова Н.Л.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамины (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		374	8,03	9,04	40,80	287,13	1,50	19,14
Каша гречневая молочная вязкая, жидкая	86	155	4,99	5,86	15,29	157,87	1,5	12,59
Чай с сахаром	263	180	0,00	0,00	13,54	54,14		0,78
Бутерброд со сливочным маслом	б/н	39	2,04	3,18	11,97	75,12		5,78
Второй завтрак		100	0,80	0,80	9,80	47,00	0,00	9,20
Фрукт (яблоко)	б/н	100	0,8	0,8	9,8	47,00		9,20
Обед		554	14,61	16,89	70,84	495,65	12,93	64,51
Щи из свежей капусты со сметаной	56	154	1,26	3,86	6,41	64,86	10,86	6,07
Макароны отварные	194	110	4,03	3,88	25,9	154,8		5,58
Тефтели из говядины с рисом (еж)	174	60	9,84	9,64	6,52	151,28	1,34	43,83
Соус томатный	228	30	0,16	1,1	1,57	16,84	0,58	1,85
Компот из свежих плодов (яблоко)	251	150	0,12	0,12	17,91	72,00	0,15	4,23
Хлеб ржаной	б/н	50	3,33	0,37	18,57	87,82		2,94
Полдник		200	6,34	7,01	30,11	218,58	1,19	18,61
Йогурт (кисломолочный продукт)	251	150	2,5	2,34	5,7	52,5	1,12	16,23
Булочка "Веснушка"	269	50	3,84	3,67	28,41	166,08	0,07	2,38
Итого			31,38	34,82	152,55	1048,36	15,62	112,08

МБДОУ Детский сад "Ленок"

Категория:

3-7 лет

Дата:

02.06.2025

Утверждаю

Руководитель учреждения:

Касимова Н.Л.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамины (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		430	10,70	11,84	52,84	364,34	1,73	22,19
Каша гречневая молочная вязкая, жидкая	86	205	7,66	7,81	23,39	210,5	1,73	13,93
Чай с сахаром	263	180	0,06	0,02	8,44	48,00	0,00	1,27
Бутерброд со сливочным маслом	б/н	45	2,98	4,03	17,41	105,2	0,00	7,00
Второй завтрак		100	1,60	1,60	14,70	70,50	4,60	9,20
Фрукт (яблоко)	б/н	100	1,6	1,6	14,70	70,5	4,6	9,20
Обед		685	21,40	21,35	91,51	633,47	24,85	73,33
Щи из свежей капусты со сметаной	56	205	1,67	5,06	8,51	86,25	14,48	8,27
Макароны отварные	194	130	4,76	4,58	30,61	182,94		7,43
Тефтели из говядины с рисом (еж)	174	70	10,29	10,2	7,81	168,07	1,57	46,51
Соус томатный	228	30	0,27	1,83	2,62	28,07	0,98	3,09
Компот из свежих плодов (яблоко)	251	200	0,16	0,15	23,9	96,00	7,82	5,10
Хлеб ржаной	б/н	50	4,25	0,45	27,25	124,3		2,94
Ужин		250	8,38	9,14	39,01	280,51	1,48	24,44
Йогурт (кисломолочный продукт)	251	180	3,00	4,00	6,84	63,00	1,48	19,15
Булочка "Веснушка"	269	70	5,38	5,14	32,17	217,51	0,00	5,29
Итого			41,00	44,87	196,00	1348,82	32,66	129,49