

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 28

*Л.М. Садыкова*

**МЕНЮ № 187 Ясли на 7 октября 2025г**

2д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная полбяная с маслом	140/3	3,76	6,13	22,96	162,0
	Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
	Бутерброд с маслом	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50
2 завтрак	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,0
Обед	Огурцы свежие порционно	30	0,21	0,03	0,57	3,6
	Борщ с капустой на кур/бульоне со сметаной	150/5	1,26	4,0	6,81	73,59
	Плов из отварной птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00
	Компот из св.яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Уплотненный полдник	Сок	200	1,0	0,00	20,20	84,44
	Булочка дорожная	35	2,73	4,90	18,25	126,7
	Запеканка творожная с сгущенным молоком	110/20	20,73	16,98	29,49	353,40
	Чай с лимоном с сахаром	150/5/5	0,1	0,02	5,18	21,78
<b>ИТОГО</b>			<b>56,94</b>	<b>51,60</b>	<b>204,87</b>	<b>1518,69</b>

М/Сестра *В.М.* Муртазина В.М.  
Кладовщик *С.И.* Агафонова С.И.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 28

Л.М. Садыкова

МЕНЮ № 187 Сад на 7 октябрь 2025г

2д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная полбяная с маслом	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
	Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
	Бутерброд с маслом	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
2 завтрак	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,5	7,56	92,0
Обед	Огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6,0
	Борщ с капустой на кур/бульоне со сметаной	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64
	Плов из отварной птицы	200	11,19	10,93	31,8	282,55
	Компот из св.яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
	Сок	180	0,8		18,18	76,0
	Булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181,0
Уплотненный полдник	Запеканка творожная с сгущенным молоком	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
	Чай с лимоном с сахаром	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
ИТОГО			62,54	63,56	242,66	1819,06

М/Сестра Всу Муртазина В.М.  
Кладовщик С Агафонова С.И.