

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 28
Л.М. Садыкова

МЕНЮ № 188 Ясли на 8 октябрь 2025г

Зд

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная ячневая с маслом	140/3	4,70	4,80	23,25	171,47
	Чай с молоком	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
	Бутерброд с маслом	25/5	1,92	4,36	12,92	98,5
2 завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	Салат из моркови с сахаром	40	0,50	0,04	4,65	20,92
	Суп с пшенной крупой на бульоне из индейки	150	1,18	1,63	7,27	51,45
	Гуляш из отв.индейки	30/30	10,16	6,05	2,04	102,23
	Макароны отварные с маслом	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38
	Кисель	150	0,45	0,08	13,5	62,7
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,0
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Уплотненный полдник	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,3	76,0
	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
	Биточки рубленые из рыбы запеченные в том.соусе с овощами	40/20	5,46	4,70	8,85	99,98
	Картофель запеченный	120	3,26	7,07	25,31	182,4
	Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	5,57	26,15
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,0
ИТОГО			46,94	40,84	201,80	1395,47

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

МЕНЮ № 188 Сад на 8 октябрь 2025г

Зд

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная ячневая с маслом	180/3	6,04	5,54	30,04	214,80
	Чай с молоком	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
	Бутерброд с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68
2 завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,0
Обед	Салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38
	Суп с пшенной крупой на бульоне из индейки	180	1,42	1,95	8,72	61,74
	Гуляш из отв.индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31
	Макароны отварные с маслом	130/3	4,91	3,13	27,60	158,16
	Кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,85	47,05
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	92,0
	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
	Биточки рубленые из рыбы запеченные в том.соусе с овощами	50/25	6,83	5,88	11,06	124,98
Уплотненный полдник	Картофель запеченный	140	3,8	8,25	29,53	212,8
	Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,50
ИТОГО			57,67	47,93	240,18	1663,37

М/Сестра Вгу Муртазина В.М.
Кладовщик А Агафонова С.И.