

МЕНЮ № 190 Ясли на 10 октябрь 2025г

5д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный со звёздочками	180	5,18	4,69	15,15	119,16
	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	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,0
Обед	Салат из св.капусты с морковью	40	0,56	2,03	3,61	34,96
	Рассольник на мясн.бульон. со сметаной	150/10/5	3,38	4,98	7,87	96,41
	Запеканка картофельная с мясом со сметан.соусом	130/20	9,93	8,14	23,31	206,57
	Компот из изюма и яблок	150	0,29	0,10	21,77	89,96
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Уплотненный полдник	Кисломолочный напиток	150/2	4,35	3,75	8,0	83,0
	Омлет натуральный	130	12,08	21,52	2,29	251,03
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,18	21,78
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ИТОГО			46,39	53,85	148,91	1277,10

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

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

МЕНЮ № 190 Сад на 10 октябрь 2025г

5д

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный со звёздочками	200	5,75	5,21	16,83	132,40
	Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
2 завтрак	Бутерброд с маслом	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,0
Обед	Салат из св.капусты с морковью	60	0,84	3,05	5,41	52,44
	Рассольник на мясн.бульон со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	119,15
	Запеканка картофельная с мясом со сметан.соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
	Компот из изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Уплотненный полдник	Кисломолочный напиток	180/3	5,22	4,50	10,19	102,0
	Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
	Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
ИТОГО			59,36	71,04	167,20	1548,34

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