

МЕНЮ № 191 Ясли на 13 октябрь 2025г

бд

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеничная с маслом	140/3	3,92	6,85	22,39	166,76
	Чай с молоком	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
	Бутерброд с маслом с сыром	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
2 завтрак	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,30	76,0
Обед	Томаты свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	6,6
	Борщ с капустой на кур/бульоне со сметаной	150/5	1,26	4,0	6,81	73,59
	Тефтели куриные в сметано томатном соусе	40/20	4,98	5,17	5,89	90,0
	Вермишель отварная	110	3,15	1,06	23,41	118,12
	Компот из с/фр	150	0,50	0,07	14,0	60
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,85	69,23
Уплотненный полдник	Сок в инд упаковке	200	1,0		20,20	84,44
	Биточки рубленые из рыбы	50	6,10	3,88	7,34	89,0
	Рис отв. рассыпчатый	110/3	2,66	4,62	27,55	162,47
	Чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,20	12,30	58,75
<b>ИТОГО</b>			<b>38,18</b>	<b>41,25</b>	<b>206,34</b>	<b>1357,24</b>

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

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

МЕНЮ № 191 Сад на 13 октября 2025г

бд

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (1)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша молочная пшеничная с маслом	180/3	5,04	8,18	28,77	208,76
	Чай с молоком	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76
	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
2 завтрак	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	92,0
Обед	Томаты свежие порционно	50	0,55	0,1	1,9	11,0
	Борщ с капустой на кур/бульоне со сметаной	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64
	Тефтели куриные в сметано томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50
	Вермишель отварная	130	3,72	1,26	27,63	141,76
	Компот из с/фр	180	0,60	0,08	16,81	71,52
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Уплотненный полдник	Сок	180	0,80		18,18	76,0
	Биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
	Рис отв. рассыпчатый	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01
	Чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
ИТОГО			48,45	46,03	238,52	1572,77

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