

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №75 (Пшеничных Л.А.)

06.06.2025

детский сад № 75

г. Белгорода

Меню на 06.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша пшенная с маслом сливочным и сахаром	125	125	6,64	6,64	3,81	3,81	4,05	4,05	146,54	146,54	170
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	89
Булка	45	45	8,45	8,45	2,82	2,82	58,5	58,5	292,01	292,01	75
Итого за завтрак 1	350	370	25,89	27,09	9,38	9,69	74,25	75,55	482,9	487,83	
Завтрак 2											
Яблоко свежее	105	130	0,45	0,56	0,45	0,56	10,58	13,1	47,44	58,74	79
Итого за завтрак 2	105	130	0,45	0,56	0,45	0,56	10,58	13,1	47,44	58,74	
Обед											
Борщ на м/б с мясом со сметаной	200	250	7	8,75	1,74	2,17	5,42	6,78	224,98	281,23	16
Гречка по купечески с мясом	150	170	9,3	10,54	10,5	11,9	19,35	21,93	205,34	232,73	420
Огурец свежий	60	75	6,6	8,25	0	0	4,03	5,04	86,73	108,41	132
Компот из сухофруктов	180	200	0,54	0,6	0,09	0,1	22,95	25,5	89,1	99	137
Хлеб ржаной	40	50	4,8	6	0,8	1	35,4	44,25	150,69	188,36	76
Итого за обед	630	745	28,24	34,14	13,13	15,17	87,15	103,5	756,84	909,73	
Полдник											
Кисель молочный	180	200	2,2	2,44	0	0	47,02	52,24	188,21	209,12	135
Булка	39	39	7,32	7,32	2,44	2,44	50,7	50,7	253,07	253,07	75
Итого за полдник	219	239	9,52	9,76	2,44	2,44	97,72	102,94	441,28	462,19	
Ужин 1											
Суфле рыбное	150	150	25,22	25,22	4,22	4,22	8,55	8,55	177,89	177,89	57
Свекла отварная с маслом растительным	60	70	6,33	7,38	3,63	4,24	0	0	90,41	105,48	122
Напиток кофейный	180	200	4,11	4,57	3,98	4,42	4,23	4,7	234	260	92
Булка	39	39	7,32	7,32	2,44	2,44	50,7	50,7	253,07	253,07	75
Каша рисовая диетическая	0	110	0	1,73	0	0,39	0	19,56	0	91,14	171
Итого за ужин 1	429	569	42,98	46,22	14,27	15,71	63,48	83,51	755,37	887,58	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1733	2053	107,08	117,77	39,67	43,57	333,18	378,6	2483,8	2806,1	

Исполнитель: Медсестра  ()