

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ —  
детского сада № 106  
Ю.А. Баранова  
16.02.04.2025 г.

16 апреля 2025

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К\кал	Вит С мг
Каша пшеничная с изюмом	150	9,8	13,1	1,7	164	0,3
Батон с маслом	45	3,9	7,7	23,6	181	0
Молоко	180	1,4	1,4	11,2	61	0,5
<b>Обед 12-00</b>						
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	50	2,3	1,9	15,3	108	3,8
Суп из овощей со сметаной	180	1,9	6,6	12,2	102	3,3
Тефтели из говядины в молочном соусе	70	9,4	9,7	8	157	0,91
Макаронные изделия отварные	130	5,3	3,8	32,4	188	0,
Напиток из шиповника	180	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	0
<b>Уплотненный полдник 15-30</b>						
Биточки капустные	130	11	1,6	6,4	84	0,1
Соус молочный	20	3,1	4,2	22,3	135	0,1
Хлеб пшеничный	25	0	0	9,1	35	0,9
Пряник	30	2,0	3,7	13,2	90	0
Чай	180	0	0	8	34	0
Яблоко	1шт	1	1	22	85	0,1
<b>Итого</b>		<b>55,2</b>	<b>66,1</b>	<b>187,6</b>	<b>1560</b>	<b>67,4</b>

Рекомендации на домашний ужин:  
Кисломолочные продукты  
Приятного аппетита!

Цена дня: 146,89 руб

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ  
детского сада № 106  
Ю.А.Баранова  
16.04.2025 г.

16 апреля 2025  
9 группа

Завтрак 8-30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Каша пшеничная с изюмом	120	9,8	13,1	1,7	164	0,3
Батон	30	3,9	7,7	23,6	181	0
Молоко	150	1,4	1,4	11,2	61	0,5
Обед 12-00						
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	30	2,3	1,9	15,3	102	3,8
Суп из овощей со сметаной	150	1,9	6,6	12,2	102	3,3
Тефтели из говядины в молочном соусе	50	9,4	9,7	8	157	0,91
Макаронные изделия отварные	110	5,3	3,8	32,4	188	0,
Напиток из шиповника	150	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	30	2,0	3,7	13,2	90	0
Уплотненный полдник 15-30						
Биточки капустные	100	11	1,6	6,4	84	0,1
Соус молочный	20	3,1	4,2	22,3	135	0,1
Хлеб пшеничный	25	0	0	9,1	35	0,9
Пряник	30	2,0	3,7	13,2	90	0
Чай с сахаром	150	0	0	7	28	0,1
Яблоко	1шт	1	1	22	85	0,1
<b>Итого</b>		<b>55,2</b>	<b>66,1</b>	<b>187,6</b>	<b>1560</b>	<b>67,4</b>

Рекомендации на домашний ужин:  
Молоко или кисломолочные продукты

Приятного аппетита!

Цена дня: 136,42руб