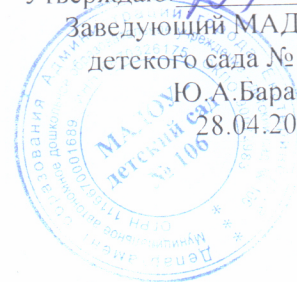


# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю.А. Баранова  
28.04.2025 г.



28 апреля 2025

9 группа

| Завтрак 8-30                                                                 | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал  | Вит С м |
|------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|----------|-------|---------|
| Каши гречневая с молоком                                                     | 120   | 26,0  | 19,8 | 28,4     | 374   | 1,7     |
| Хлеб с маслом                                                                | 25    | 3,9   | 7,7  | 23,6     | 181   | 0,3     |
| Какао с молоком                                                              | 150   | 3,0   | 2,9  | 22,9     | 111,7 | 0,5     |
| 10-30                                                                        | 100   | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 42,2  | 10,0    |
| Напиток из шиповника                                                         |       |       |      |          |       |         |
| Обед 12-00                                                                   |       |       |      |          |       |         |
| Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 30    | 5,1   | 4,1  | 4,3      | 12,50 | 74      |
| Суп-лапша                                                                    | 150   | 2,2   | 5,4  | 127      | 100   | 6,6     |
| Капуста тушеная с морковью                                                   | 100   | 30    | 24   | 15       | 89,5  | 0,2     |
| Кнели из мяса                                                                | 50    | 13    | 14   | 4        | 205,7 | 0       |
| Хлеб ржаной                                                                  | 30    | 0,5   | 0    | 19,9     | 72    | 50,2    |
| Компот из сухофруктов                                                        | 150   | 2,0   | 3,7  | 13,2     | 90    | 0       |
| Уплотненный полдник 15-30                                                    |       |       |      |          |       |         |
| Пудинг из творога с морковью                                                 | 100   | 23,6  | 17,1 | 25,1     | 352   | 0,24    |
| Соус молочный сладкий                                                        | 30    | 0,7   | 1,4  | 4,5      | 33    | 0,1     |
| Чай с сахаром                                                                | 150   | 0     | 0    | 9,1      | 35    | 0       |
| Печенье                                                                      | 12    | 2,0   | 3,7  | 13,2     | 90    | 0       |
| Хлеб пшеничный                                                               | 15    | 0     | 0    | 0,021    | 188   | 0,2     |
| Итого                                                                        |       | 66,2  | 69,4 | 204      | 1705  | 74      |

Рекомендации на домашний ужин:

Блюда из картофеля, фрукты.

Приятного аппетита!

Стоимость меню 124,32 руб

# Ежедневное меню основного (организованного) питания

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106

Ю.А.Баранова

28.04.2025 г.

**28 апреля 2025**

| <i>Завтрак 8-30</i>                                                                   | <i>Выход</i> | <i>Белки</i> | <i>Жиры</i> | <i>Углеводы</i> | <i>Кккал</i> | <i>Вит С мг</i> |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Каша гречневая с молоком                                                              | 150          | 26,0         | 19,8        | 28,4            | 374          | 1,7             |
| Хлеб с маслом                                                                         | 40           | 3,9          | 7,7         | 23,6            | 181          | 0,3             |
| Какао с молоком                                                                       | 180          | 3,0          | 2,9         | 22,9            | 111,7        | 0,5             |
| <i>Второй завтрак 10-30</i>                                                           |              |              |             |                 |              |                 |
| Сок                                                                                   | 100          | 0,4          | 0,4         | 9,8             | 42,2         | 10,0            |
| Обед 12-00                                                                            |              |              |             |                 |              |                 |
| Салат из отварного<br>картофеля, моркови и<br>репчатого лука с<br>растительным маслом | 50           | 5,1          | 4,1         | 4,3             | 12,50        | 74              |
| Суп-лапша                                                                             | 180          | 2,2          | 5,4         | 127             | 100          | 6,6             |
| Капуста тушеная с морковью                                                            | 130          | 30           | 24          | 15              | 89,5         | 0,2             |
| Кнели из мяса                                                                         | 70           | 13           | 14          | 4               | 205,7        | 0               |
| Хлеб ржаной                                                                           | 35           | 0,5          | 0           | 19,9            | 72           | 50,2            |
| Компот из сухофруктов                                                                 | 180          | 2,0          | 3,7         | 13,2            | 90           | 0               |
| <i>Уплотненный полдник 15-30</i>                                                      |              |              |             |                 |              |                 |
| Пудинг из творога с морковью                                                          | 120          | 23,6         | 17,1        | 25,1            | 352          | 0,24            |
| Соус молочный сладкий                                                                 | 30           | 0,7          | 1,4         | 4,5             | 33           | 0,1             |
| Чай с сахаром                                                                         | 180          | 0            | 0           | 9,1             | 35           | 0               |
| Печенье                                                                               | 20           | 2,0          | 3,7         | 13,2            | 90           | 0               |
| Хлеб пшеничный                                                                        | 25           | 0            | 0           | 0,021           | 188          | 0,2             |
| <b>Итого</b>                                                                          |              | <b>66,2</b>  | <b>69,4</b> | <b>204</b>      | <b>1705</b>  | <b>74</b>       |

**Рекомендации на домашний ужин:**

**Блюда из картофеля, фрукты.**

**Приятного аппетита!**

Стоимость меню 169,33 руб

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114542

Владелец Баранова Юлия Александровна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026