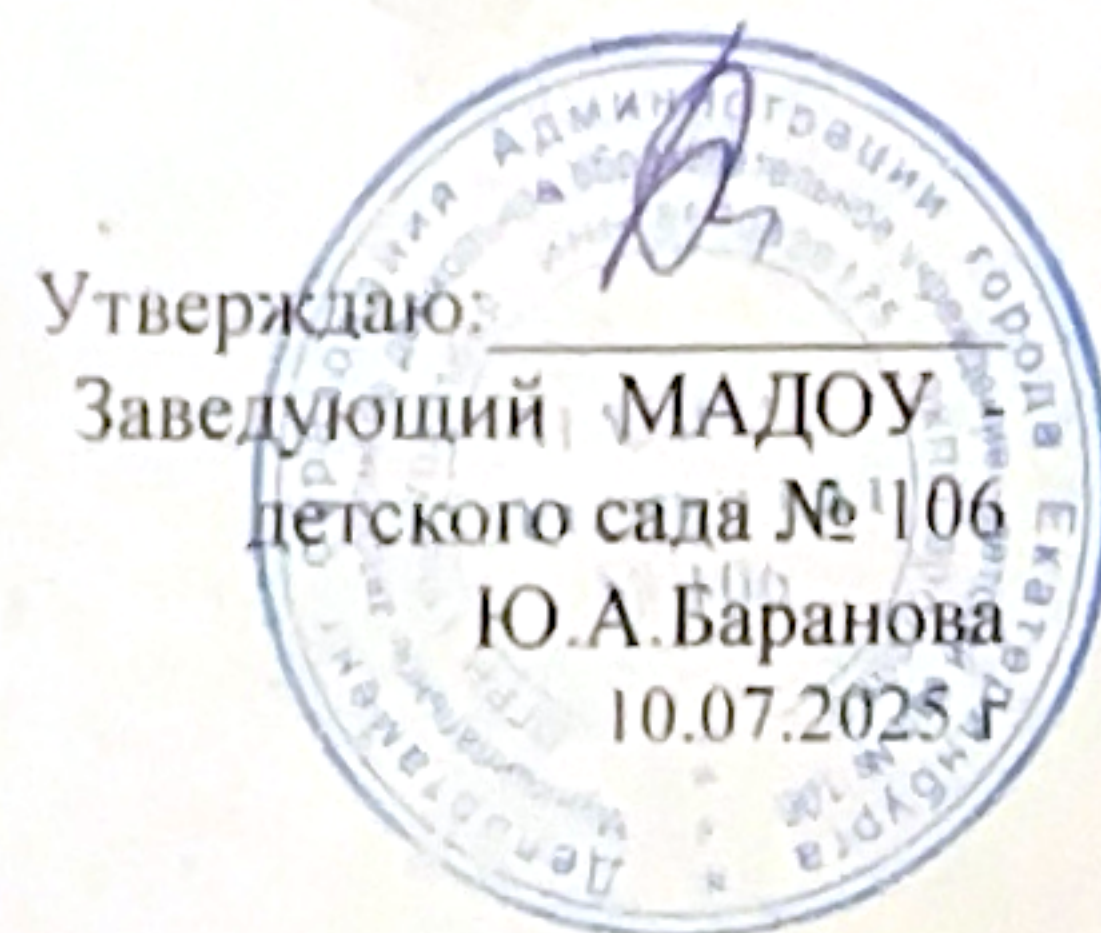


Ежедневное меню основного (организованного) питания



10 июля 2025

9 группа

Завтрак 08:30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Сырники творожные	100	26,0	19,8	28,4	374	1,7
Соус молочный сладкий	20					
Хлеб с маслом	25	3,9	7,7	23,6	181	0,3
Чай с молоком	150	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак 10:00						
Напиток из шиповника	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00						
Салат из припущенной моркови с растительным маслом	30	0,3	0,5	0,4	63	0,7
Щи из свежей капусты	150	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Фрикадельки из мяса говядины в молочном соусе	50	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом	120	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов	150	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной	30	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30						
Биточки картофельные	100	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус сметанный	20	2,1	0	2	1	20
Чай с сахаром	150	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	-
Печенье	12	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО		66,7	75,1	186,4	1653	65

Рекомендации на домашний ужин:
блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Стоимость дня 123,84 руб.

Ежедневное меню
основного
(организованного)
питания

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
детского сада № 106
Ю.А.Баранова
10.07.2025 г

10 июля 2025

Завтрак 08:30		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	К\кал	Вит С мг
Сырники творожные		140	26,0	19,8	28,4	374	1,7
Соус молочный сладкий		20					
Хлеб с маслом		40	3,9	7,7	23,6	181	0,3
Чай	ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП Сертификат 74622892844150726796523337175507994912532816892 Владелец Баранова Юлия Александровна Действителен с 03.07.2025 по 03.07.2026	180	3,0	2,9	22,9	131,7	0
Второй завтрак		10:30					
Сок		100	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00							
Салат из припущенной моркови и растительным маслом		50	1,0	2,0	6,0	39,0	10,0
Щи из свежей капусты со сметаной		180	2,2	5,4	12,7	100	0,6
Гуляш из мяса говядины		70	13,1	12,9	6,5	190	-
Греча рассыпчатая со сливочным маслом		130	5,3	3,9	6,5	188	0,3
Компот из сухофруктов		180	0,5	0	19,9	72	50
Хлеб ржаной		35	2,0	3,7	13,2	90	-
Уплотненный полдник 15:30							
Биточки картофельные		130	0,7	4,2	26,4	158	0,3
Соус сметанный		30	32	0	2	1	30
Чай с сахаром		180	0	0	9,1	35	-
Хлеб пшеничный		25	2,0	3,7	13,2	90	-
Печенье		20	0,8	0,9	23,25	106	-
ИТОГО			66,7	75,1	186,4	1653	65

Рекомендации на домашний ужин:
блюда из овощей, кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Стоимость дня 181,71 руб.