



Утверждаю
И.о. заведующей МДОУ Детский сад №71
/Карташова Н.А./

Меню ДОУ (сад) 19.06.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак 1

200	Каша овсяная "геркулес" жидкая(сад) <i>Геркулес, Сахар (песок), Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-180, Белки-6, Жиры-8, У/в-22
40/5	Бутерброд с маслом(сад). <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-173, Белки-4, Жиры-5, У/в-28
200	Кофейный напиток(сад). <i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-175, Белки-6, Жиры-6, У/в-24

Итого за Завтрак 1 ККал-527, Белки-15, Жиры-19, У/в-74

Завтрак 2

200	Сок фруктовый (сад)	ККал-96, У/в-24
-----	----------------------------	-----------------

Итого за Завтрак 2 ККал-96, У/в-24

Обед 3

200	Суп картофельный с клецками на к/б(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры, Мука пшеничная, Яйцо</i>	ККал-231, Белки-9, Жиры-9, У/в-29
230	Ленивые голубцы с курицей (сад) <i>Куры, Крупа рисовая, Томат-паста, Масло сливочное, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Капуста белокочанная</i>	ККал-424, Белки-17, Жиры-29, У/в-22

200	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Сухофрукты</i>	ККал-101, Белки-1, Жиры-1, У/в-26
-----	---	-----------------------------------

40	Хлеб ржано-пшеничный (сад)	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-17
----	---------------------------------------	----------------------------------

Итого за Обед 3 ККал-847, Белки-31, Жиры-40, У/в-94

Полдник 4

200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-116, Белки-6, Жиры-6, У/в-9
40/30	Хлеб пшеничный с повидлом (сад) <i>Хлеб пшеничный, Повидло</i>	ККал-120, Белки-3, Жиры-1, У/в-24

Итого за Полдник 4 ККал-236, Белки-9, Жиры-8, У/в-33

Ужин 5

210	Макаронник с сыром (Сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Масло подсолнечное, Яйцо</i>	ККал-264, Белки-8, Жиры-9, У/в-36
200	Чай с сахаром(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-57, У/в-15

Итого за Ужин 5 ККал-321, Белки-8, Жиры-9, У/в-51

Итого за ККал-2 027, Белки-63, Жиры-76, У/в-276



Утверждаю
И.о. заведующей МДОУ Детский сад №71
/Карташова Н.А./

Меню ДОУ (ясли) 19.06.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак 1

	Каша овсяная	
150	"геркулес" жидкая (ясли) <i>Геркулес, Сахар (песок), Масло сливочное, Молоко</i>	ККал-161, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
30/6	Бутерброд с маслом(ясли). <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21
180	Кофейный напиток (ясли). <i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-86, Белки-3, Жиры-3, У/в-12

Итого за Завтрак 1 ККал-380, Белки-11, Жиры-15, У/в-51

Завтрак 2

150	Сок фруктовый (ясли)	ККал-96, У/в-24
-----	-----------------------------	-----------------

Итого за Завтрак 2 ККал-96, У/в-24

Обед 3

180	Суп картофельный с клецками на к/б (ясли)	ККал-174, Белки-7, Жиры-7, У/в-21
-----	--	-----------------------------------

Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль
Йодированная, Куры, Мука пшеничная, Яйцо

200	Ленивые голубцы с курицей (ясли)	ККал-260, Белки-12, Жиры-17, У/в-14
-----	---	-------------------------------------

Куры, Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Томат-паста, Масло сливочное, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное

180	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Сухофрукты</i>	ККал-78, Белки-1, Жиры-1, У/в-20
-----	--	----------------------------------

40	Хлеб ржано-пшеничный(ясли)	ККал-72, Белки-3, У/в-14
----	-----------------------------------	--------------------------

Итого за Обед 3 ККал-583, Белки-23, Жиры-25, У/в-69

Полдник 4

150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-87, Белки-4, Жиры-5, У/в-7
30/30	Хлеб пшеничный с повидлом (ясли) <i>Хлеб пшеничный, Повидло</i>	ККал-94, Белки-2, Жиры-1, У/в-19

Итого за Полдник 4 ККал-181, Белки-7, Жиры-6, У/в-26

Ужин 5

190	Макаронник с сыром (Ясли) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Масло подсолнечное, Яйцо</i>	ККал-205, Белки-6, Жиры-9, У/в-25
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-38, У/в-10

Итого за Ужин 5 ККал-242, Белки-6, Жиры-9, У/в-35

Итого за ККал-1 483, Белки-47, Жиры-54, У/в-205

