

Утверждаю  
Заведующая МДОУ Детский сад №71  
/Вершинина Н.Н./



## Меню ДОУ (сад) 23.04.2025г.

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

### Завтрак 1

200 **Каша "Нежность" (сад)** ККал-201, Белки-6, Жиры-8, У/в-26  
*Крупа манная, Масло сливочное, Сахар (песок), Геркулес, Молоко*

40/6 **Бутерброд с маслом (сад).** ККал-173, Белки-4, Жиры-5, У/в-28  
*Масло сливочное, Хлеб пшеничный*

200 **Какао с молоком (сад)** ККал-93, Белки-3, Жиры-3, У/в-13  
*Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко*

**Итого за Завтрак 1** ККал-467, Белки-13, Жиры-16, У/в-67

### Обед 3

60 **Салат "Бурячок" (сад)** ККал-47, Белки-1, Жиры-2, У/в-6  
*Свекла, Горошек зеленый консерв., Масло подсолнечное*

200 **Суп лапша на к/б (сад)** ККал-189, Белки-7, Жиры-8, У/в-22  
*Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль йодированная, Куры, Макароны изделия, Картофель*

80 **Гуляш из курицы (сад)** ККал-247, Белки-15, Жиры-18, У/в-6  
*Куры, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное*

150 **Пюре картофельное (сад)** ККал-202, Белки-5, Жиры-5, У/в-32  
*Картофель, Молоко, Масло сливочное*

200 **Компот из сухофруктов (сад)** ККал-82, Белки-1, Жиры-1, У/в-21

*Сахар (песок), Сухофрукты*

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

**Итого за Обед 3** ККал-859, Белки-33, Жиры-35, У/в-105

### Полдник 4

200 **Кисель (сад)** ККал-182, У/в-12

*Концентрат киселя, Сахар (песок)*

70 **Булочка домашняя (сад)** ККал-198, Белки-5, Жиры-4, У/в-35

*Мука пшеничная, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Масло подсолнечное, Масло сливочное, Молоко*

**Итого за Полдник 4** ККал-380, Белки-5, Жиры-4, У/в-47

### Ужин 5

210 **Рагу овощное (Сад)** ККал-162, Белки-5, Жиры-5, У/в-23

*Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло подсолнечное*

200 **Чай с сахаром (сад)** ККал-30, У/в-8

*Чай черный байховый, Сахар (песок)*

40 **Хлеб пшеничный (сад)** ККал-105, Белки-3, Жиры-1, У/в-20

**Итого за Ужин 5** ККал-297, Белки-8, Жиры-7, У/в-51

**Итого за** ККал-2 003, Белки-60, Жиры-61, У/в-270

Утверждаю  
Заведующая МДОУ Детский сад №71  
/Вершинина Н.Н.



## Меню ДОУ (ясли) 23.04.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
150	<b>Каша "Нежность" (ясли)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Геркулес</i>	ККал-185, Белки-6, Жиры-7, У/в-24
30/6	<b>Бутерброд с маслом (ясли).</b> <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-21
180	<b>Какао с молоком (ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-100, Белки-3, Жиры-3, У/в-15
<b>Итого за Завтрак 1</b> ККал-418, Белки-12, Жиры-15, У/в-60		
<b><u>Обед 3</u></b>		
50	<b>Салат "Бурячок" (ясли.)</b> <i>Свекла, Масло подсолнечное, Горошек зеленый консерв.</i>	ККал-42, Белки-1, Жиры-2, У/в-5
180	<b>Суп лапша на к/б (ясли).</b> <i>Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль Йодированная, Куры, Макароны изделия, Картофель</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-6, У/в-16
70	<b>Гуляш из курицы (ясли)</b> <i>Куры, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	ККал-152, Белки-8, Жиры-11, У/в-5

130	<b>Пюре картофельное (ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное</i>	ККал-162, Белки-4, Жиры-5, У/в-24
180	<b>Компот из сухофруктов (ясли).</b> <i>Сахар (песок), Сухофрукты</i>	ККал-82, У/в-21
40	<b>Хлеб ржанопшеничный (ясли)</b>	ККал-72, Белки-3, У/в-14

**Итого за Обед 3** ККал-653, Белки-22, Жиры-24, У/в-85

### **Полдник 4**

180	<b>Кисель (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, Сахар (песок)</i>	ККал-110, У/в-11
60	<b>Булочка домашняя (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Молоко, Масло подсолнечное, Масло сливочное</i>	ККал-196, Белки-6, Жиры-4, У/в-33

**Итого за Полдник 4** ККал-306, Белки-6, Жиры-4, У/в-44

### **Ужин 5**

190	<b>Рагу овощное (ясли)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло подсолнечное</i>	ККал-125, Белки-3, Жиры-5, У/в-16
180	<b>Чай с сахаром (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок)</i>	ККал-27, У/в-7
30	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-79, Белки-2, Жиры-1, У/в-15

**Итого за Ужин 5** ККал-230, Белки-5, Жиры-6, У/в-38

**Итого за** ККал-1 607, Белки-45, Жиры-49, У/в-227