



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ № 191
Трушников Н.А.

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево ды	
16.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	197	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	40	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	195	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		437,00	11,99	12,31	65,71	422,83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	199	2,88	2,29	15,36	93,6
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	196	10,21	24,13	6,17	286,21
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	197	0	0	10,78	43
Итого за обед		50	2,8	0,4	22,2	98
Полдник	МОЛОКО	702,00	18,71	38,42	58,69	653,88
	ПРЯНИКИ	197	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за полдник		38	3,25	2,57	41,25	201,3
		235,00	8,85	7,47	50,55	306,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	146	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	40	3	0,5	25,65	119
Итого за ужин 1		175	0,8	1	11,41	44,06
Итого за день		469,00	31,44	19,26	80,23	616,27
		1946,0	71,39	77,86	264,98	2046,08
		0				



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ № 191
Трушников Н.А.

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево ды	
16.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	146	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		356,00	9,03	10,59	47,79	323,77
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
	Итого за завтрак 2					47,00
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	179	2,59	2,06	13,82	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	147	7,66	18,1	4,63	214,66
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	149	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		40	2,21	0,4	16,21	78,4
Полдник	МОЛОКО	555,00	14,34	28,29	45,53	498,26
	ПРЯНИКИ	175	5,04	4,41	8,37	94,32
Итого за полдник		21	1,77	1,4	22,5	109,8
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	196,00	6,81	5,81	30,87	204,12
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	39	0,59	2	7,4	50,53
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	БАТОН	31	0,36	1,32	3,66	32,4
Итого за ужин 1		30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за день	ЧАЙ С МОЛОКОМ	147	0,67	0,83	9,51	36,72
		376,00	26,08	15,34	58,50	471,34
Итого за день		1586,0	56,68	60,45	192,48	1544,49
		0				