



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 186»

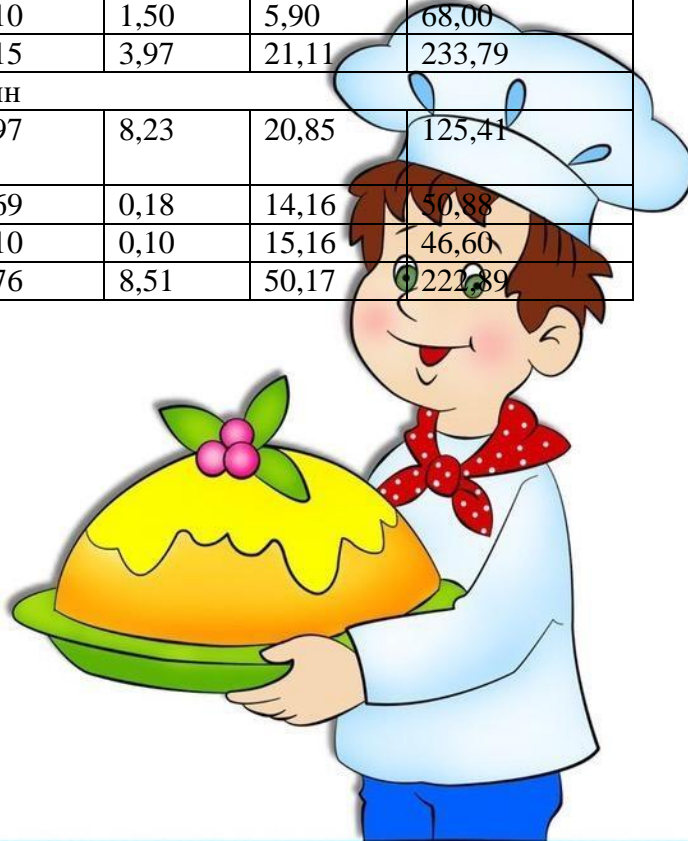
А.А. Орлова

01.04.2025



02 апреля 2025 года (ясли)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка творожная со сметанным соусом	120/25	7,49	12,88	12,33	196,80
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	2,16	5,90	15,24	111,13
Итого	331	10,34	18,96	41,73	358,81
2 Завтрак					
Бананы	100	0	14,70	62,00	16,88
Итого	100	0	14,70	62,00	16,88
Обед					
Суп молочный с вермишелью	180	6,26	7,67	27,95	199,54
Плов с курой	140	6,94	9,38	20,89	135,49
Огурчик свежий порционный	45	0,32	0	1,65	4,50
Компот из сухофруктов	180	0,54	0	24,37	96,32
Хлеб ржаной	40	0	0,35	24,90	107,00
Итого	585	14,06	17,40	99,76	542,85
Полдник					
Плюшка	50	4,05	2,47	15,21	165,79
Йогурт питьевой	150	4,10	1,50	5,90	68,00
Итого	200	8,15	3,97	21,11	233,79
Ужин					
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150	6,97	8,23	20,85	125,41
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Хлеб пшеничный	30	2,10	0,10	15,16	46,60
Итого	330	9,76	8,51	50,17	222,89





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 186»

А.А. Орлова

01.04.2025



02 апреля 2025 года (сад)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка творожная со сметанным соусом	150/30	8,72	21,15	37,88	470,66
Чай с сахаром	180	0,60	0,18	14,15	50,52
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	2,16	5,90	15,24	111,13
Итого	396	11,48	27,23	67,27	632,31
2 Завтрак					
Бананы	100	0	14,70	62,00	16,88
Итого	100	0	14,70	62,00	16,88
Обед					
Суп молочный с вермишелью	250	8,51	5,61	34,82	238,23
Плов с курой	170	12,98	12,46	27,87	248,26
Огурчик свежий порционный	60	0,44	0	1,65	8,25
Компот из сухофруктов	180	0,54	0	24,37	96,32
Хлеб ржаной	50	0	0,35	24,90	107,00
Итого	710	22,47	18,42	113,61	698,06
Полдник					
Плюшка	60	4,05	2,47	15,21	165,79
Йогурт питьевой	180	4,10	1,50	5,90	68,00
Итого	240	8,15	3,97	21,11	233,79
Ужин					
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	200	6,97	9,25	31,67	189,90
Чай с сахаром	180	0,60	0,18	14,15	50,52
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,24	20,88	46,60
Итого	420	10,61	9,67	66,70	287,02

