



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 186»

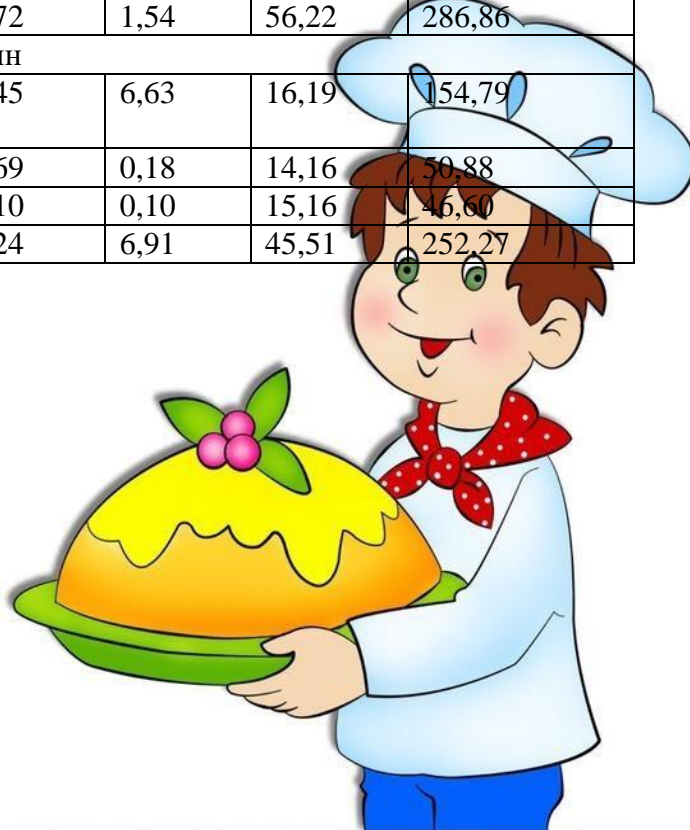
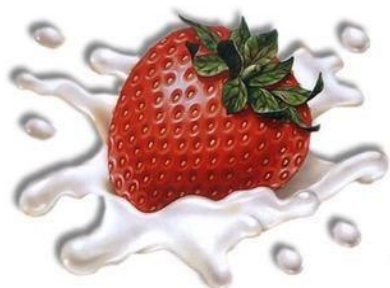
А.А. Орлова

02.04.2025



## 03 апреля 2025 года (ясли)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Омлет с маслом	120	8,01	6,67	9,19	169,22
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	306	10,86	12,75	38,59	331,23
<b>2 Завтрак</b>					
Апельсины	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
<b>Обед</b>					
Рассольник на курином бульоне	180	7,85	5,29	8,53	44,00
Овощное рагу с курой	170	7,87	12,54	14,48	207,17
Помидорка свежая порционная	45	0,27	0	1,10	6,00
Лимонный напиток с сахаром	150	0,33	0	13,42	51,08
Хлеб ржаной	40	0	0,35	24,90	107,00
Итого	585	16,32	18,18	62,43	415,25
<b>Полдник</b>					
Хлеб пшеничный с повидлом	30/15	5,03	1,36	42,06	235,98
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Итого	195	5,72	1,54	56,22	286,86
<b>Ужин</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,45	6,63	16,19	154,79
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Хлеб пшеничный	30	2,10	0,10	15,16	46,60
Итого	360	8,24	6,91	45,51	252,27





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 186»

А.А. Орлова

02.04.2025



## 03 апреля 2025 года (сад)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Омлет с маслом	120	8,01	6,67	9,19	169,22
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	336	10,77	12,75	38,58	330,87
<b>2 Завтрак</b>					
Апельсины	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
<b>Обед</b>					
Рассольник на курином бульоне	250	8,88	8,45	8,53	44,60
Овощное рагу с курой	220	6,05	11,04	11,05	237,87
Помидорка свежая порционная	60	0,33	0	2,31	10,45
Лимонный напиток с сахаром	180	0,36	0	13,42	51,08
Хлеб ржаной	50	0	0,35	24,90	107,00
Итого	760	15,62	19,84	60,21	451,00
<b>Полдник</b>					
Хлеб пшеничный с повидлом	30/15	5,03	1,36	42,06	235,98
Чай с сахаром	180	0,60	0,18	14,15	50,52
Итого	225	5,63	1,54	56,21	286,50
<b>Ужин</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	13,66	9,25	16,19	195,58
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	17,30	9,67	51,22	292,70

