



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 186»

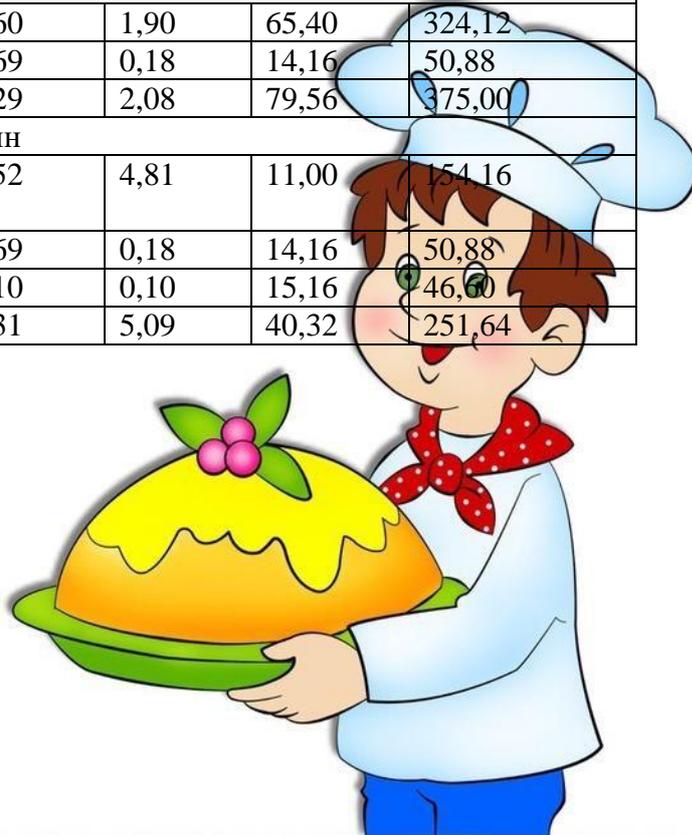
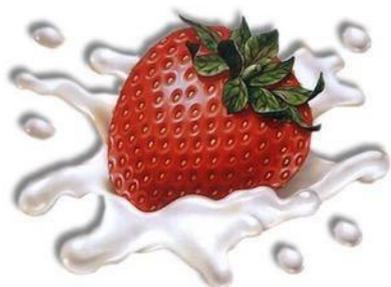
А.А. Орлова

03.04.2025



**04 апреля 2025 года (ясли)**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная	150	5,08	6,33	28,45	185,16
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	336	7,93	12,41	57,85	347,17
<b>2 Завтрак</b>					
Яблоки	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
<b>Обед</b>					
Суп гороховый на курином бульоне	180	7,77	4,33	9,28	142,50
Котлета рыбная	70	7,85	6,31	4,80	231,97
Вермишель отварная с маслом	130	6,26	3,84	45,16	229,12
Салат из свежих овощей	45	0,39	3,00	2,06	36,46
Лимонный напиток с сахаром	150	0,33	0	13,42	51,08
Хлеб ржаной	40	0	0,35	24,90	107,00
Итого	615	22,60	17,83	99,62	798,13
<b>Полдник</b>					
Пряники	40	3,60	1,90	65,40	324,12
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Итого	190	4,29	2,08	79,56	375,00
<b>Ужин</b>					
Капуста тушеная с маслом сливочным	180	5,52	4,81	11,00	154,16
Чай с сахаром	150	0,69	0,18	14,16	50,88
Хлеб пшеничный	30	2,10	0,10	15,16	46,00
Итого	360	8,31	5,09	40,32	251,64



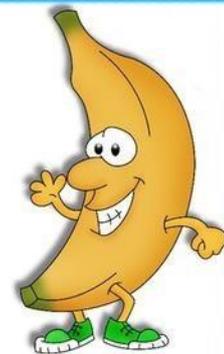


УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 186»

А.А. Орлова

03.04.2025



## 04 апреля 2025 года (сад)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша рисовая молочная	200	6,97	9,25	31,67	189,90
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	416	9,73	15,33	61,06	351,55
<b>2 Завтрак</b>					
Яблоки	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
<b>Обед</b>					
Суп гороховый на курином бульоне	250	7,86	6,65	10,65	182,50
Котлета рыбная	60	7,85	14,11	4,80	267,82
Вермишель отварная с маслом	150	6,26	3,84	45,16	229,12
Салат из свежих овощей	60	0,54	4,00	2,13	48,32
Лимонный напиток с сахаром	180	0,36	0	13,42	51,08
Хлеб ржаной	50	0	0,35	24,90	107,00
Итого	750	22,87	28,95	101,06	885,84
<b>Полдник</b>					
Пряники/сухарики	50	4,80	2,80	77,70	335,80
Чай с сахаром	180	0,60	0,18	14,15	50,52
Итого	230	5,40	2,98	91,85	386,32
<b>Ужин</b>					
Капуста тушеная с маслом	200	6,23	8,83	25,65	206,70
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	9,87	9,25	60,68	303,82

