



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 186»

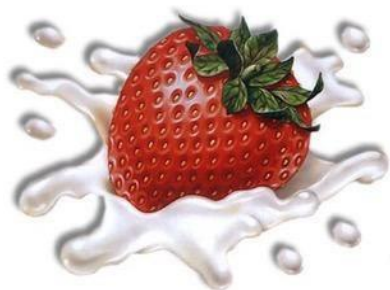
А.А. Орлова

09.04.2025



10 апреля 2025 года (ясли)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак					
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
2 Завтрак					
Яблоки	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
Обед					
Свекольник на курином буль- оне	180	6,90	4,16	16,60	137,59
Греча с мясом	180	5,12	4,28	31,84	92,42
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	595	12,74	11,79	88,82	424,55
Полдник					
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
Ужин					
Рожки в молоке с маслом сли- вочным	150	6,26	7,67	27,95	199,54
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	9,05	7,95	57,27	297,02





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 186»

А.А. Орлова

09.04.2025



10 апреля 2025 года (сад)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак					
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
2 Завтрак					
Яблоки	100	0,40	0	11,30	46,00
Итого	100	0,40	0	11,30	46,00
Обед					
Свекольник на курином буль- оне	250	7,21	4,16	19,18	160,17
Греча с мясом	180	5,12	4,28	31,84	92,42
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	720	13,23	12,79	91,47	458,99
Полдник					
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
Ужин					
Рожки в молоке с маслом сли- вочным	180	8,50	4,78	24,81	231,75
Чай с сахаром	180	0,60	0,18	14,15	50,52
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,24	20,88	46,60
Итого	400	12,14	5,20	59,84	328,87

