

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ № 169

Н.В.Курчанова

Меню на 07.07.2025 год

Если

№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн. цен.
			Б	Ж	У	
		г	г	г	г	ккал

Третья неделя, день 1

Завтрак

15/182	Каша жидкая молочная манная	130	4,52	3,89	14,00	109,13
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	180	1,74	1,36	8,47	53,08
3/96,97	Бутерброд с маслом	44	3,94	3,87	14,96	110,59
	Итого	354	10,20	9,12	37,43	272,80

2 завтрак

8,9/535,534	Кисломолочный напиток	100	2,6	3	4,28	54,52
	Итого	100	2,60	3,00	4,28	54,52

Обед

72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,70
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180	3,09	3,42	7,80	74,32
6/375	Плов с мясом	130	12,51	10,14	23,63	235,65
22/479	Компот из ягод свежемороженых	180	0,12	0,08	12,14	50,67
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00
	Итого	555	18,41	16,63	62,22	473,59

Полдник2

8,9/535,534	Кисломолочный напиток	180	4,91	3,96	7,86	86,72
ГП	Кондитерские изделия	35	0,18	0,00	28,00	113,40
	Итого	215	5,09	3,96	35,86	200,12

Ужин

18/112,113	Овощи натуральные соленные	30	0,24	0,03	0,51	3,90
96/341	Суфле рыбное	60	11,25	4,20	1,67	89,64
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83
ГП	Сок фруктовый (овощной)	160	1,60	0,16	4,64	28,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	42,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого	410	17,99	7,37	41,53	308,17
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	500	0,00	0,00	0,00	0,00
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		54,29	40,08	181,32	1309,19
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 169

Н.В.Курчанова

Меню на 07.07.2025

Сад

№ ТК (ТТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал
			Б	Ж	У	
		г	г	г	г	
Третья неделя, день 1						
Завтрак						
15/182	Каша жидкая молочная манная	200	6,95	4,99	21,54	167,89
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1,76	1,37	9,64	57,90
3/96,97	Бутерброд с маслом	53	5,04	3,93	17,48	125,78
	Итого	453	13,75	10,29	48,66	351,57
2 завтрак						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	130	3,38	3,7	5,56	69,37
	Итого	130	3,38	3,70	5,56	69,37
Обед						
72/121	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0,95	4,45	3,85	59,50
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3,43	3,80	8,67	82,57
6/375	Плов с мясом	180	17,32	14,04	32,72	326,28
22/479	Компот из ягод свежемороженых	200	0,13	0,09	14,99	62,35
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50
	Итого	675	24,58	22,79	81,27	630,20
Полдник2						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	200	6,4	7,11	8,89	131,11
ГП	Кондитерские изделия	55	1,54	1,82	42,52	194,70
	Итого	255	7,94	8,93	51,41	325,81
Ужин						
18/112,113	Овощи натуральные соленые	50	0,40	0,05	0,85	6,50
96/341	Суфле рыбное	70	13,13	4,91	1,95	104,58
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Итого	520	21,66	8,89	51,99	379,37
	Соль пищевая поваренная йодированная на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вода питьевая кипяченая или бутилированная на весь день	800	0,00	0,00	0,00	0,00
			Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		71,31	54,60	238,89	1756,32
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00