

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ № 169

Н.В.Курчанова

Меню на 10.07.2025 год

Ясли

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

Третья неделя, день 4

Завтрак						
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34
12/181	Зеленый горошек	40	1,17	0,07	2,37	14,76
16/510,511	Какао с молоком	180	1,92	1,49	7,56	51,30
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Итого	390	16,13	13,24	23,41	277,40
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						
87/59,22	Салат из свеклы с черносливом	40	0,59	3,05	5,72	52,65
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	180	5,67	4,57	9,89	103,35
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	8,39	4,99	8,15	111,08
32/434	Картофельное пюре	120	2,40	2,62	15,91	96,83
74/699	Лимонный напиток	180	0,12	0,01	14,00	56,60
ГП	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	84,00
	Итого	635	20,27	15,76	78,97	539,76
Полдник2						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	180	5,8	6,4	8	118
ГП	Кондитерские изделия	35	1,23	1,45	33,83	154,88
	Итого	215	7,03	7,85	41,83	272,88
Ужин						
63/325	Пудинг творожный	130	21,95	7,88	28,51	272,74
2/490	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	95	0,76	0,19	7,13	36,10
13/501,506,507	Чай с молоком	180	0,79	0,55	5,58	30,41
	Итого	415	24,22	9,47	46,77	372,05
	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		70,25	49,32	195,26	1516,62
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 169
Н.В. Курчанова

Меню на 10.07.2025

Сад

№ ТК (ТТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал
			Б	Ж	У	
		г	г	г	г	ккал
Третья неделя, день 4						
Завтрак						
11/307	Омлет натуральный	150	11,52	11,52	3,64	164,34
12/181	Зеленый горошек	50	1,46	0,09	2,96	18,45
16/510,511	Какао с молоком	200	1,98	1,52	8,55	55,78
ГП	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Итого	440	18,00	13,45	34,83	332,57
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						
87/59,22	Салат из свеклы с черносливом	60	0,89	4,58	8,58	78,98
78/47	Суп с лапшой, с мясом птицы	200	6,30	5,08	10,99	114,83
81/351	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	9,79	5,82	9,51	129,59
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04
74/699	Лимонный напиток	200	0,14	0,01	15,88	64,17
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	105,00
	Итого	750	24,09	19,43	97,09	660,61
Полдник2						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ГП	Кондитерские изделия	55	1,54	1,82	42,52	194,70
	Итого	255	3,54	2,02	48,32	230,70
Ужин						
63/325	Пудинг творожный	180	30,38	10,88	38,57	373,82
2/490	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,20
14/118	Фрукты свежие (яблоко, или груша, или банан, или др.)1	100	0,40	0,40	9,80	47,00
13/501,506,507	Чай с молоком	200	0,88	0,60	6,58	35,25
	Итого	495	32,74	13,16	63,28	505,27
	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		81,75	51,76	249,08	1798,52
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00