

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 169
Н.В. Курчанова

Меню на 14.07.2025 год

Ясли

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

Четвертая неделя, день 1

Завтрак						
15/182	Каша жидкая молочная (ячневая)	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
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	180	3,03	2,96	9,65	77,33
48/373	Гуляш	60	9,00	7,00	1,13	103,52
21/421	Рис отварной с овощами	110	2,67	3,47	24,53	139,98
22/479	Кисель 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	595	17,51	16,50	66,10	484,45
Полдник2						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	180	5,8	6,4	8	118
ГП	Батон	20	1,60	0,20	9,82	47,60
	Итого	200	7,40	6,60	17,82	165,60
Ужин						
69/359	Тефтели рыбные	60	8,29	7,61	0,74	104,94
41/431	Картофель отварной	120	2,22	3,55	17,27	109,92
44/501,504,505	Чай с сахаром	180	0,21	0,05	4,71	20,09
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	400	13,22	11,57	41,52	323,95
	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		50,93	46,79	167,15	1301,33
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 169
Н.В.Курчанова

Меню на 14.07.2025

Сад

№ ТК (ТТК)/№ реп.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда г	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. ккал
			Б	Ж	У	
		г	г	г	г	
Четвертая неделя, день 1						
Завтрак						
15/182	Каша жидкая молочная(ячневая)	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
29/136	Свекольник со сметаной, с мясом	200	3,37	3,29	10,72	85,92
48/373	Гуляш	80	10,29	8,00	1,29	118,32
21/421	Рис отварной с овощами	150	3,65	4,73	33,45	190,89
22/479	Кисель 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	725	21,14	20,97	85,34	616,48
Полдник2						
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	200	6,4	7,11	8,89	131,11
ГП	Батон	50	4,00	0,50	24,55	119,00
	Итого	250	10,40	7,61	33,44	250,11
Ужин						
69/359	Тефтели рыбные	70	9,67	8,88	0,87	122,43
41/431	Картофель отварной	130	2,41	3,85	18,71	119,08
44/501,504,505	Чай с сахаром	200	0,25	0,06	5,65	24,11
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	450	15,46	13,24	48,73	376,87
	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		64,13	55,81	221,73	1664,40
	Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00