

Согласованно:

02.07.2025 г. Заведующий МДОАУ 110  
*С. С. Сидорова*

Меню на 11.06.2025г



| Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                           |                | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Завтрак 1                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Батон нарезной                            | 35             | 2,63                 | 1,02  | 17,99    | 91,70                             |
| Масло (порциями)                          | 5              | 0,025                | 4,13  | 0,04     | 37,4                              |
| Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | 160            | 5,73                 | 7,52  | 23,04    | 182,72                            |
| Кофейный напиток с молоком                | 200            | 3,20                 | 2,70  | 15,90    | 79,00                             |
| Итого за Завтрак 1                        | 400            | 11,59                | 15,37 | 56,97    | 390,82                            |
| Завтрак 2                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Напиток из плодов шиповника               | 200            | 0,70                 | 0,30  | 22,80    | 97,00                             |
| Итого за Завтрак 2                        | 200            | 0,70                 | 0,30  | 22,80    | 97,00                             |
| Обед                                      |                |                      |       |          |                                   |
| Винегрет овощной                          | 50             | 0,68                 | 3,09  | 4,22     | 47,40                             |
| Суп картофельный с крупой                 | 200            | 1,58                 | 2,19  | 11,66    | 72,60                             |
| Жаркое по-домашнему                       | 150            | 18,64                | 19,58 | 25,58    | 294,75                            |
| Кисель плодово-ягодный                    | 200            | 1,40                 | 0,00  | 29,00    | 122,00                            |
| Хлеб ржано-пшеничный                      | 50             | 3,30                 | 0,60  | 17,00    | 90,50                             |
| Итого за Обед                             | 650            | 25,60                | 25,46 | 87,46    | 627,25                            |
| Полдник                                   |                |                      |       |          |                                   |
| Компот из смеси сухофруктов               | 200            | 0,50                 | 0,00  | 27,00    | 110,00                            |
| Булочка молочная                          | 50             | 4,80                 | 1,10  | 28,10    | 142,00                            |
| Итого за Полдник                          | 250            | 5,30                 | 1,10  | 55,10    | 252,00                            |
| Ужин                                      |                |                      |       |          |                                   |
| Макаронные изделия отварные с сыром       | 200            | 12,10                | 10,10 | 34,00    | 275,00                            |
| Чай с лимоном                             | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,20    | 61,00                             |
| Хлеб пшеничный                            | 50             | 3,80                 | 0,40  | 24,60    | 117,50                            |
| Итого за Ужин                             | 450            | 16,00                | 10,50 | 73,80    | 453,50                            |
| Итого за день                             | 1 950          | 59,19                | 52,73 | 296,13   | 1 820,57                          |