

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (10-й день)

на 20 июня 2025 года

Прием пищи	10 день		Выход блюда			
	Наименование блюда		ясли		сад	
			Вес блюда	Энергетич. ценность кк	Вес блюда	Энергетич. ценность кк
ЗАВТРАК	1	Яйцо отварное	40	63	40	62,8
	2	Икра кабачковая	30	27	40	36
	3	Какао с молоком	150/7	74,8	200/8	98,6
	4	Батон йодированный с маслом сливочным	30/5	119,9	40/5	139,0
	5	Яблоко	145	58,4		
Итого за завтрак			407	343,1	333	336,4
2-й завтрак 10:00	Напиток из плодов шиповника		100	48,4	100	48,4
	Печенье		14	58,4		
Итого за 2-й завтрак			114	106,8	100	48,4
ОБЕД	1	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	80,13	200	101,69
	2	Шницель говяжий	60	161,8	70	200,3
	3	Рагу из овощей	120	75,98	130	86,83
	4	Компот из сухофруктов	150	71	180	67,09
	5	Хлеб ржаной	40	85,6	50	107
Итого за обед			520	474,51	630	562,91
ПОЛДНИК	1	Печень по-строгановски	40/40	161,88	50/50	185,91
	2	Макароны отварные с маслом	120	164,72	150	195,7
	3	Чай с сахаром	160/7	28,026	200/8	32,03
	4	Хлеб пшеничный	15	38,1	20	50,8
Итого за полдник			382	392,726	478	464,44
УЖИН	1	Молоко кипяченое	150	87	200	116
	2	Хлеб пшеничный	15	38,1	20	50,8
Итого за ужин			165	125,1	220	166,8
Итого за весь день			1588	1442,24	1761	1578,95

Средняя стоимость питания на одного ребенка 163,92 руб.

Заведующего МБДОУ № 67

О. В. Шимко