

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 171"
_____/Белина А.С.-Я./

МЕНЮ

31 октября 2025 г.

Сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ С КУКУРУЗОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ (яйцо, молоко паст, соль , масло растительное, масло сливочное фасов, кукуруза консервированная)	200/40	8,29	10,64	6,12	153,94	1,73
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, сахарный песок, молоко паст, вода питьевая)	200	3,60	3,86	13,01	102,15	0,65
2012	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (масло сливочное фасов, хлеб белый)	40/7	2,93	6,97	18,85	150,09	0,00
Итого			487	14,82	21,47	37,98	406,18	2,38
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ (помидоры свежие, огурцы свежие, масло растительное, соль)	60	0,57	2,09	1,87	29,27	10,39
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (картофель, лук , морковь, масло растительное, вода питьевая, мясо говядина на кости, зеленый горошек, соль)	200	4,44	4,61	10,72	102,32	5,36
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ОВОЩНОЙ ПОДЛИВОЙ (капуста , мясо говядина на кости, рис, лук , масло растительное, соль , морковь, яйцо)	185	13,45	11,61	15,94	222,70	13,06
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (изюм, сахарный песок, вода питьевая)	200	0,24	0,06	13,92	57,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб черный)	50	3,34	0,44	21,39	102,92	0,00
Итого			695	22,04	18,81	63,84	514,80	28,81
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	22	1,65	2,16	16,37	91,74	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (вода питьевая, сахарный песок, чай)	200	0,06	0,00	5,94	23,96	0,01
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	99	0,39	0,39	9,68	46,40	9,87
Итого			321	2,10	2,55	31,99	162,10	9,88
Ужин								
2008	51	ОВОЩНОЙ САЛАТ (картофель, морковь, огурцы маринов, лук , масло растительное, зеленый горошек, соль)	215	3,57	5,60	23,17	158,53	13,82
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (вода питьевая, сахарный песок, чай)	200	0,06	0,00	5,94	23,94	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб белый)	39	2,98	1,16	19,37	100,15	0,00
Итого			454	6,61	6,76	48,48	282,62	13,83
Всего				45,57	49,59	182,29	1 365,70	54,90