



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Д/с №16»
С. В. Гладенькова

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста
2 день недели

19 августа 2025 г.

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	2,55	3,06	3,04	3,66	20,92	27,51	128,84	167,97	182
	Чай без сахара	180,00	200,00	0,15	0,18	0,07	0,09	8,30	9,90	2,52	2,80	410
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный	40,00	50,00	2,64	3,35	0,36	0,45	15,40	19,34	39,80	39,80	147
	Яблоко свежее	370,00	450,00	5,34	6,59	3,47	4,20	44,62	56,75	171,16	364,60	
Второй	Итого за второй завтрак	95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	9,80	30,60	32,17	386
	Салат из свежих помидор с луком	40,00	60,00	1,42	3,70	2,48	3,72	1,88	4,58	31,64	47,46	45
Обед	Суп картофельный с макаронными	150,00	180,00	2,25	2,70	2,07	10,07	14,27	17,13	68,21	76,50	103
	Плов из курицы	150,00	180,00	8,90	10,67	12,00	16,65	25,08	53,34	233,02	281,00	321
Итого за обед	Компот из сушеных фруктов	150,00	180,00	0,10	0,12	0,00	0,00	11,06	13,28	77,60	90,54	431
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	5,61	5,61	0,27	0,27	11,60	11,60	84,90	84,90	147
Удлотный полдник	Хлеб ржаной	30,00	45,00	1,08	1,62	0,26	0,40	12,48	13,64	44,54	66,82	148
	Итого за обед	550,00	675,00	19,36	24,42	17,08	31,11	76,37	113,57	539,91	647,22	
Итого за полдник	Фрикадельки рыбные в молочном соусе	60,00	80,00	2,16	2,88	4,36	7,05	6,16	7,54	111,00	132,67	
	Отварной картофель с маслом	120,00	150,00	1,28	1,60	3,00	5,40	16,58	18,32	123,42	164,30	136
Итого за ужин	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	1,56	2,80	2,00	1,20	9,60	12,70	70,00	84,00	414
	Хлеб пшеничный	15,00	30,00	0,75	1,00	0,13	0,17	5,80	7,73	39,80	79,60	147
Итого за день	Итого за удлотный полдник	345,00	440,00	5,75	8,28	9,49	13,82	38,14	46,29	344,22	460,57	
	Итого за день	1360,00	1665,00	30,83	39,69	30,42	49,53	158,47	226,41	1085,89	1602,30	