

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

ГБДОУ № 073 "Василек"

/Т.Н.Быкова/

МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	16.6	23.1	0.9	278
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый) *	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0.4		9.9	41
Итого		19.4	24.9	23	393
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	95
Итого		5.2	4.5	7.2	95
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.9	6	12.1	130
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	80	13.1	17.1	11.5	252
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	140	2.5	6.5	13.7	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
Итого		27	30.6	84.8	727
Полдник					
КОТЛЕТЫ "НЕЖНЫЕ"	80	15.5	15.4	5.6	224
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	140	3.3	5.2	32.7	190
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.1	0.1	9.5	41
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4.3	1.1	28	139
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0.9	0.2	8.1	43
Итого		26.9	22.8	102.7	730
Всего		78.5	82.8	217.7	1945

Медицинская сестра

Н.Ю.Лазарева