

СОГЛАСОВАНО



Заведующий

ГБДОУ № 073 "Василек"

Т. Н. Быкова/

МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	16.5	23.1	0.9	277
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ)	30	0.9	1.2	1.9	22
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.1		8.2	33
Итого		19	24.9	21.3	384
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.6	97
Итого		5.2	7.2	7.6	97
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	4.2	8.5	12.7	147
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	80	13.1	17.1	11.5	252
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	8.2	6.2	36.9	236
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.2		11.6	48
Итого		29.2	32.7	95.7	796
Полдник					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"	80	8.9	12.6	11.3	194
ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	140	5.5	6.7	15.9	148
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0.8	0.2	7.5	38
Итого		19	20.4	78	576
Всего		72.4	85.2	202.6	1853

Медицинская сестра

Н.Ю.Лазарева