

21.07.2025г

МЕНЮ на 21.07.2025

Понедельник

Утверждено: _____

Лескова О.А.

Учреждение:

ФУ администрации МО БР (МДОУ ДС 21, п/с 925) 10080

Подразделение:

Категория довольствующего: Дети 3-7 лет

Дневной стол:

Общий стол

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав			Калорийность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК		24,87	22,56	69,49	855,33
Запеканка из творога с морковью	150	13,78	5,97	19,50	191,75
Каша рисовая жидкая с сахаром	155	6,24	4,85	28,23	188,83
Масло сливочное (порционные)	10	0,05	8,35	0,05	78,07
Сок фруктовый (яблочный)	15	0,02	0,02	2,19	9,02
Хлеб ржаной/ржано-пшеничный	25	1,73	0,23	10,70	58,05
Чай с молоком	180	3,06	3,15	8,83	79,62
ЗАВТРАК ВТОРОЙ		0,66	0,89	19,31	82,50
Кондитерские изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00
Напиток витаминизированный	165	0,66	0,00	19,31	82,50
ОБЕД		19,54	26,36	53,92	542,30
Борщ со свинной капустой и картофелем	200	1,27	3,99	10,54	84,74
Гуляш из отварного мяса (говядина)	80	12,83	12,82	2,13	172,68
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	10,43	43,50
Макаронные изделия отварные с маслом	150	0,03	4,18	0,03	39,04
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатый	60	0,30	4,84	1,19	50,62
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,36	18,80	93,88
Хлеб ржаной/ржано-пшеничный	25	1,73	0,23	10,70	58,05
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		15,58	20,13	69,33	516,86
Запеканка картофельная с мясом	60	6,53	7,16	15,43	154,80
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	3,26	10,88	89,36
Крендель сахарный	40	3,00	5,26	26,83	157,53
Сметана (60)	60	0,24	2,58	1,08	28,44
Сметана	8	0,22	1,60	0,00	16,49
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,27	14,10	70,26
Яйца вареные	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО:		60,65	69,04	211,84	1746,99

Завтрак



2-й завтрак



Обед



Уплотненный полдник



МЕНЮ на 21.07.2025 Утверждено: 
Повары: 
Учреждение: ФУ администрации МО БР (МАОУ ДС 21, № 3016004300)
Подразделение: Малыши до 3 лет
Категория довольствующихих: Дети-стол

Наименование блюда	Выход готового блюда, г	Химический состав			Калорийность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК		18,81	15,38	49,81	395,42
Запеканка из творога с морковью	130	11,54	5,08	17,83	169,08
Масло сливочное (порция)	5	0,03	4,18	0,03	39,04
Соус фруктовый (яблочный)	15	0,02	0,02	2,19	9,02
Суп молочный с овсяный	100	2,73	3,64	3,99	62,81
Хлеб ржаной/ржано-пшеничный	20	1,38	0,19	8,56	46,44
Чай с молоком	150	2,72	2,80	7,42	69,04
ЗАВТРАК ВТОРОЙ		6,00	6,00	6,00	9,00
Кондитерские изделия	20	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД		19,80	19,65	14,58	565,46
Витамин паровые из овощей	60	8,67	9,45	5,85	148,25
Борщ со свеклой капустой и картофелем	150	0,72	2,99	5,58	52,73
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	8,52	35,70
Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,64	3,38	31,18	178,34
Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом сметанным	40	0,20	3,22	0,79	33,74
Хлеб пшеничный 30	30	2,43	0,27	14,10	70,26
Хлеб ржаной/ржано-пшеничный	20	1,38	0,19	8,56	46,44
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		8,84	15,96	51,68	374,69
Кофейный напиток с молоком	180	3,14	3,24	8,92	61,23
Крекеры сахарный	40	3,00	5,36	26,83	157,52
Овощи свежие 40	40	0,16	1,72	0,72	18,96
Пудинг из творога с морковью	60	0,21	4,51	0,95	46,71
Хлеб пшеничный 30	30	2,43	0,27	14,10	70,26
Чай каркаде	40	0,00	0,00	0,00	0,00
ИТОГО:		46,83	50,53	166,15	1335,97

Завтрак



2-й завтрак



Обед



Уплотненный полдник

