

30.06.2025

Меню ДОУ (МБДОУ 29 Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
11	Хлеб пшеничный	ККал-26, Белки-2, У/в-11
100	Каша пшеничная вязкая <i>Крупа пшеничная (яровая), Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-102, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
55	Икра кабачковая (промышленного производства)	ККал-86, Белки-1, Жиры-3, У/в-4
26	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный формовой</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-4, У/в-11
151	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	ККал-52, У/в-10
Итого за Завтрак		ККал-355, Белки-6, Жиры-10, У/в-55
Завтрак2		
95	Яблоки свежие	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак2		ККал-45, Белки-1, У/в-9
Обед		
152	Рассольник Ленинградский <i>Картофель, Рис шлифованный, Лук репчатый, Морковь, Огурцы консервированные, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-74, Белки-1, Жиры-3, У/в-10
172	Жаркое по-домашнему <i>Мясо свинина, Картофель, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-207, Белки-9, Жиры-7, У/в-19
150	Компот из свежих плодов и ягод <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-72, У/в-17
11	Хлеб пшеничный	ККал-26, Белки-5, У/в-1
29	Хлеб ржаной	ККал-51, Белки-2, У/в-10
Итого за Обед		ККал-430, Белки-17, Жиры-10, У/в-57
Полдник		
60	Пирожок сдобный с яблоком <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Соль поваренная пищевая, Дрожжи сухие, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
159	Сок фруктовый	ККал-73, Белки-1, У/в-16
Итого за Полдник		ККал-204, Белки-5, Жиры-3, У/в-37
Итого за		ККал-1 034, Белки-29, Жиры-23, У/в-158

Заведующий
ДОУ

Сажин И Ч

30.06.2025

Меню ДОУ (МБДОУ 29 Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
26	Бутерброд с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный формовой</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-4, У/в-11
119	Каша пшеничная вязкая <i>Крупа пшеничная (яровая), Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-175, Белки-5, Жиры-7, У/в-23
69	Икра кабачковая (промышленного производства)	ККал-82, Белки-1, Жиры-6, У/в-5
181	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	ККал-46, У/в-11
21	Хлеб пшеничный	ККал-49, Белки-2, У/в-10
Итого за Завтрак		ККал-441, Белки-9, Жиры-17, У/в-60
Завтрак2		
100	Яблоки свежие	ККал-45, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак2		ККал-45, Белки-1, У/в-9
Обед		
182	Рассольник Ленинградский <i>Картофель, Рис шлифованный, Лук репчатый, Морковь, Огурцы консервированные, Масло подсолнечное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-88, Белки-2, Жиры-4, У/в-12
210	Жаркое по-домашнему <i>Картофель, Мясо свинина, Лук репчатый, Томат-паста, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая</i>	ККал-349, Белки-13, Жиры-14, У/в-11
180	Компот из свежих плодов и ягод <i>Яблоки, Сахар-песок</i>	ККал-86, Белки-1, У/в-21
21	Хлеб пшеничный	ККал-49, Белки-2, У/в-10
39	Хлеб ржаной	ККал-68, Белки-3, У/в-13
Итого за Обед		ККал-640, Белки-21, Жиры-18, У/в-67
Полдник		
69	Пирожок сдобный с яблоком <i>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Соль поваренная пищевая, Дрожжи сухие, Яблоки, Масло подсолнечное</i>	ККал-225, Белки-4, Жиры-4, У/в-43
163	Сок фруктовый	ККал-75, Белки-1, У/в-16
Итого за Полдник		ККал-300, Белки-5, Жиры-4, У/в-59
Итого за		ККал-1 426, Белки-36, Жиры-39, У/в-195

Заведующий
ДОУ

Сажин И Ч