

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ Детский сад 76

/Леухина.Л.А/

МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ, ВЯЗКАЯ	180	4,19	4,60	20,17	139,26
ЧАЙ	200	0,10	0,00	6,98	28,29
БАТОН СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	30/6	2,31	5,68	15,69	123,26
Итого		6,60	10,28	42,84	290,81
II Завтрак					
СОК фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	43,00
Итого		0,50	0,10	10,10	43,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,34	0,04	1,06	5,93
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦИ	200	6,58	3,49	19,40	135,50
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	8,35	8,32	16,96	177,08
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,13	0,42	20,04	96,44
Итого		18,40	12,27	65,20	445,87
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5	2,21	0,18	19,88	89,95
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,70	2,18	11,18	75,77
Итого		4,91	2,36	31,06	165,72
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	200	22,80	14,08	2,96	229,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,82	0,23	18,56	87,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	5,85	24,22
Итого		25,74	14,31	27,37	341,74
Всего		56,15	39,32	176,57	1 287,14

Зав. производством (шеф-повар)

Кау

Кашицына О.И.



Утверждаю

Заведующая
МАДОУ Детский сад 76
/Леухина.Л.А/

МЕНЮ
20 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ, ВЯЗКАЯ	150	3,86	3,54	19,48	125,69
ЧАЙ	170	0,08	0,00	5,00	20,27
БАТОН СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	20/5	1,53	4,70	10,32	89,79
Итого		5,47	8,24	34,80	235,75
II Завтрак					
СОК фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	43,00
Итого		0,50	0,10	10,10	43,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,34	0,04	1,06	5,93
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦИ	150	5,37	2,43	16,38	109,01
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	150	6,77	7,01	9,58	129,53
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,77	27,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,51	0,33	16,04	77,19
Итого		14,99	9,81	49,83	348,71
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/5	1,67	0,13	16,40	73,45
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,11	1,70	8,29	57,33
Итого		3,78	1,83	24,69	130,78
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	180	19,20	11,54	2,42	190,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,82	0,23	18,56	87,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,13	0,00	5,12	21,31
Итого		22,15	11,77	26,10	299,33
Всего		46,89	31,75	145,52	1 057,57

Зав. производством (шеф-повар)

Кау

Кашицына О.И.



Заведующая
МАДОУ Детский сад 76
Леухина Л.А.

МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Л--Д сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ,БЕЗ МОЛОЧНАЯ, ВЯЗКАЯ	180	2,43	2,72	20,56	116,27
ЧАЙ	200	0,11	0,00	6,99	28,35
БАТОН СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	30/6	2,28	5,67	15,47	122,13
Итого		4,82	8,39	43,02	266,75
II Завтрак					
СОК фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	43,00
Итого		0,50	0,10	10,10	43,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,34	0,04	1,06	5,93
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦИ	200	6,58	4,40	19,40	143,76
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	8,35	8,32	16,96	177,08
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,13	0,42	20,04	96,44
Итого		18,40	13,18	65,20	454,13
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5	2,21	0,18	19,87	89,92
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,74	30,92
Итого		2,21	0,18	27,61	120,84
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,79	2,77	14,41	89,87
РЫБА ОТВАРНАЯ	60	11,84	0,57	0,00	52,50
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	6,59	5,97	0,36	81,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,82	0,23	18,56	87,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,12	0,00	5,87	24,27
Итого		23,16	9,54	39,20	335,71
Всего		49,09	31,39	185,13	1 220,43

Зав. производством (шеф-повар)

Кашицына

Кашицына О.И.

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ Детский сад 76
/Леухина.Л.А/**МЕНЮ**
20 марта 2025 г.

Л--Д ясли



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ, БЕЗ МОЛОЧНАЯ, ВЯЗКАЯ	150	1,93	1,85	16,45	90,10
ЧАЙ	170	0,10	0,00	5,04	20,55
БАТОН СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	20/5	1,53	4,59	10,32	88,68
Итого		3,56	6,44	31,81	199,33
II Завтрак					
СОК фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	43,00
Итого		0,50	0,10	10,10	43,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,34	0,04	1,06	5,96
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦИ	150	5,37	3,40	16,38	117,73
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	150	7,35	7,50	9,58	136,21
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		15,71	11,29	50,76	368,57
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/5	1,68	0,13	16,55	74,10
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,77	27,05
Итого		1,68	0,13	23,32	101,15
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,78	1,95	14,40	82,40
РЫБА ОТВАРНАЯ	50	9,87	0,49	0,00	43,75
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	6,59	5,97	0,36	81,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,82	0,23	18,56	87,59
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,00	5,10	21,24
Итого		21,18	8,64	38,42	316,44
Всего		42,63	26,60	154,41	1 028,49

Зав. производством (шеф-повар)

Кашицына О.И.

Кашицына О.И.