



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок

26 июня 2025г.

ясли (1-3лет)

№ рецепт ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
231	вареники ленивые с творогом	200	19,95	9,5	28,36	264
393	чай с лимоном	150	0,12	0,02	10,2	41
Итого за приём пищи:			350	20,07	38,56	305
Обед						
63	Борщ с фасолью и картофелем	150	3,31	2,93	4,19	67,5
265	плов из говядины	205	18,76	7,8	47,87	360,2
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
383	кисель из сока	150	2	0,3	12,7	61,2
Итого за приём пищи:			545	27,23	84,08	583,3
Полдник						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
392	чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	36
	Итого за приём пищи:	200	4,14	6,31	44,19	187,2
Всего за день:			1095	51,44	166,83	1075,5

Медсестра

Кравченко Е.В.

Повар

Уклеина И.Н.

№ рецепт ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
231	вареники ленивые с творогом	200	19,95	9,5	28,36	264
393	чай с лимоном	200	0,13	0,03	12,27	68
Итого за приём пищи:			400	20,08	40,63	332
Обед						
63	Борщ с фасолью и картофелем	180	3,98	3,25	5,06	89,4
265	плов из говядины	215	20,01	8,3	53,21	425,93
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24
383	кисель из сока	180	2	0,3	12,7	61,2
Итого за приём пищи:			635	30,11	96,36	691,77
Полдник						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
392	чай с сахаром	200	0,04	0,01	7,21	48
	Итого за приём пищи:	250	4,14	6,31	44,41	199,2
Всего за день:			1285	54,33	181,4	1222,97

Медсестра

Кравченко Е.В.

Повар

Уклеина И.Н.

Завтрак

Обед

Полдник