

меню на 21.04.2025



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАДОУ "Детский сад №66" г.Сыктывкара
Е.М.Славгородская

День 6

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая	150	5	5	24	161	67
	Бутерброд с повидлом	40	1	3	15	88	149
	Кофейный напиток с молоком	150	2		16	75	126
Итого за Завтрак			8	8	55	324	
Завтрак второй	Сок	100	1		10	43	130
	Печенье	12	1	1	9	50	402
Итого за Завтрак второй			2	1	19	93	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2	3	6	55	34
	Котлета мясная рубленая паровая	60	11	4	4	94	99
	Рис отварной	120	3	4	27	155	58
	Соус томатный	40		2	2	24	116
	Салат из свеклы	40		2	1	24	153,03
	Компот из сухофруктов	150			23	93	122
	Хлеб ржаной	40	5	1	36	80	421
Итого за Обед			21	16	99	525	
Полдник	Рагу овощное	180	3	14	16	200	57
	Хлеб пшеничный	30	8	3	53	273	420
	Чай с сахаром	180	5	1	6	23	132
	Сдоба обыкновенная	40	3	1	17	95	148,02
	Яблоки	100			10	45	140
Итого за Полдник			19	19	102	636	
Итого за день			50	44	275	1578	
Завтрак	Каша	180	6	6	28	193	67
	Бутерброд	40	1	3	15	88	149
	Кофейный напиток с	180	3		20	91	126
Итого за Завтрак			10	9	63	372	
Завтрак второй	Сок	100	1		10	43	130
	Печенье	21	2	2	16	87	402
Итого за Завтрак второй			3	2	26	130	
Обед	Суп картофель	180	3	3	7	66	34
	Котлета мясная	80	15	6	5	125	99
	Рис	150	4	5	33	193	58
	Соус	50		2	3	30	116
	Салат из	50		3	1	30	153,03
	Компот из	180	1		27	112	122
	Хлеб	50	6	1	45	100	421
Итого за Обед			29	20	121	656	
Полдник	Рагу	200	3	15	18	222	57
	Чай с	180	5	1	6	23	132
	Хлеб	40	10	4	71	364	420
	Сдоба	60	5	2	26	142	148,02
	Яблоки	100			10	45	140
Итого за Полдник			23	22	131	796	
Итого за день			65	53	341	1954	