



Утверждаю:

И.о. заведующего МБДОУ № 158:

О.А. Ярцева

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 158»

МЕНЮ

на 03 октября 2025 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки.-г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	180/200	12,87/13,66	8,76/9,25	15,7/16,19	186,7/195,58
Какао на молоке сладкое	170/200	3,15/3,84	3,74/4,16	17,2/18,9	114,7/117,67
Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	40/7/13,3 44,6/7/13,6	3,04/0,9 3,11/0,9	0,24/5,01 0,27/5,01	20,88/0,06 21,12/0,06	94,4/46,27 96,5/46,27
II завтрак					
Груши	116,6/108,9	2,45/2,27	-	29,85/28,57	137,8/130,2
Обед					
Салат из свежих овощей	52/55	3,1/3,4	5,01/5,32	3,26/3,47	49,5/51,8
Суп молочный овощной	150/200	7,64/7,86	11,91/12,23	9,92/10,65	138,7/143,5
Картофель тушеный с мясом	180/190	3,75/3,94	4,38/4,42	31,97/32,96	179,5/182,72
Компот из лимона и кураги сладкий	150/180	0,62/0,69	0,17/0,18	17,26/17,34	65,87/66,25
Хлеб ржаной	40/49,7	1,88/3,26	0,28/0,57	19,92/22,27	85,6/103,2
Полдник					
Вафли	16,6/16,4	1,79/1,8	1,81/1,82	13,98/13,99	74,3/74,3
Молоко	190/190	4,58/4,6	5,2/5,43	8,31/8,4	106,5/111,7
Ужин					
Гороховое пюре с маслом сливочным	170	7,64	11,91	9,92	138,7
Чай сладкий	200	0,6	0,8	14,10	50,65
Хлеб пшеничный	25,5	1,52	0,12	10,44/	47,2