Утверждаю:

И.о.заведующего МБДОУ № 158:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.А. Ярцева

27.06.2025 г.

***МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 158»***

***МЕНЮ***

***на 30 июня 2025 года***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | | | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **Белки. г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 180/200 | 12,87/13,66 | 8,76/9,25 | 15,7/16,19 | 186,7/195,58 |
| Кофейный напиток с молоком сладкий | 170/200 | 3,15/3,84 | 3,74/4,16 | 17,2/18,9 | 114,7/117,67 |
| Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/7  42,6/7 | 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 |
| **Обед** | | | | | |
| Суп картофельный на курином бульоне | 150/200 | 7,64/7,86 | 11,91/12,23 | 9,92/10,65 | 138,7/143,5 |
| Кура тушеная с луком и морковью | 65/70 | 12,7/13,63 | 13,25/14,08 | 3,91/4,43 | 115,4/162,57 |
| Вермишель отварная с маслом сливочным | 105/120 | 7,64/7,86 | 11,91/12,23 | 9,92/10,65 | 138,7/143,5 |
| Компот из кураги сладкий | 150/180 | 0,62/0,69 | 0,17/0,18 | 17,26/17,34 | 65,87/66,25 |
| Хлеб ржаной | 40/41,5 | 1,88/3,26 | 0,28/0,57 | 19,92/22,27 | 85,6/103,2 |
| **Полдник** | | | | | |
| Печенье | 17/17,5 | 1,79/1,8 | 1,81/1,82 | 13,98/13,99 | 74,3/74,3 |
| Сок | 174/174,7 | 9,1/9,2 | 2,7/2,8 | 5,25/5,36 | 91,8/92,4 |
| **Ужин** | | | | | |
| Икра кабачковая | 35/40,4 | 3,3/3,8 | 3,5/3,9 | 1,65/1,78 | 80,63/82,74 |
| Омлет с маслом сливочным | 120/125 | 7,64/7,86 | 11,91/12,23 | 9,92/10,65 | 138,7/143,5 |
| Чай сладкий | 180/200 | 0,6/0,7 | 0,8/0,9 | 14,10/14,16 | 50,65/50,88 |
| Хлеб пшеничный | 20/23,7 | 1,52/1,55 | 0,12/0,14 | 10,44/10,56 | 47,2/48,25 |