

«Утверждаю»
И. о. заведующего МДОУ
«Детский сад № 31 «Капелька»
г. Георгиевска»
С. П. Клундук



МЕНЮ

На 08 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Если	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ячневой	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Какао с молоком (1 вариант)	170	3,67	3,19	15,82	107,00
		150	3,15	2,72	12,96	89,00
II ЗАВТРАК	Молоко кипяченое 2,5% жирности	180	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,55	0,1	1,9	12
		30	0,33	0,06	1,14	7,2
	Суп крестьянский с крупой пшеничной	200	1,63	4,2	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	60	11,48	18,9	17,09	284,20
		60	11,48	18,9	17,09	284,20
	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,5	2,11	24,03
		30	0,53	1,5	2,11	24,03
	Макаронные изделия отварные с маслом	130/4,5	4,78	3,65	22,85	143,4
		110/4,5	4,03	3,09	19,33	121,3
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	38	3,04	0,32	19,68	94,0
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	36	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Запеканка из творога 5% жирности	110	21,05	14,46	20,58	296,48
		100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,022	11,3	45,5
		150/7/4	0,07	0,01	7,1	29
	Итого за день	1457,5	57,89	55,94	175,35	1482,27
		1207	46,29	44,01	146,00	1170,27