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

_____ С. П. Клундук

МЕНЮ

На 09 июня 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	180/4,5	6,68	6,53	32,75	219,36
		150/3,75	5,57	5,44	27,29	182,8
	Булочка «Рябинушка» витаминно-йодированная	26	1,66	5,1	9,87	91,8
		25	1,23	3,78	7,31	68,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Кофейный напиток с молоком	190	3,12	2,66	14,17	93,3
		150	2,81	2,39	12,75	83,9
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	1/80	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/80	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Икра морковная	50	0,65	2,07	3,58	35,5
		30	0,39	1,24	2,15	21,3
	Суп картофельный с крупой рисовой	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Жаркое из кур (вариант 2)	150	7,13	4,62	13,74	125,8
		150	7,13	4,62	13,74	125,8
	Кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	38	1,14	0,12	7,38	35,25
		30	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	34	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Яйцо отварное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0
		1/40	5,1	4,6	0,3	63,0
	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,2
		110	1,67	7,78	10,22	117,8
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25
		15	0,76	0,08	4,92	23,5
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,4
		150/7	0,06	0,02	9,99	40,0
	Итого за день	1460,5	29,83	24,13	143,44	933,18
		1195,75	26,57	20,86	120,60	797,66