

Утверждаю»

И. о. заведующего МДОУ

«Детский сад № 31 «Капелька»
г. Георгиевска»

С. П. Клундук



МЕНЮ

На 25 июня 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	180/4,5	1,96	4,58	20,27	130,7
		150/3,75	1,64	3,82	16,9	109,00
	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
	Чай с молоком 2,5% жирности	175	2,97	2,6	15,92	98,8
		150	2,67	2,34	14,33	89
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	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,80
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	60/5	10,73	9,67	10,88	173,83
		60/5	10,73	9,67	10,88	173,83
	Капуста тушеная	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	38	3,04	0,32	19,68	94,0
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	38	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Крендель сахарный	60	4,31	7,94	36,76	235,64
		60	4,31	7,94	36,76	235,64
	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	1308,5	33,16	34,12	190,81	1204,96
		1075,75	26,07	28,37	148,40	955,34