

"Утверждаю" И.О.заведующего МДОУ
 "Детский сад № 31 «Капелька»
 г. Георгиевская
 « 22 » 03 2025 г.
 М.П.

МЕНЮ

На 12 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	180/4,5	1,96	4,58	20,27	130,7
		150/3,75	1,64	3,82	16,9	109
	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	180	2,97	2,6	15,92	98,8
		150	2,67	2,34	14,33	80,9
2-завтрак	Плоды свежие (яблоки)	80	0,4	0,4	9,8	44
		80	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,8
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	70/5	10,73	9,67	10,88	173,83
		70/5	7,66	6,91	7,77	124,16
	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	35	1,14	0,12	7,38	35,25
		30	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	33	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	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	1324	30,56	38,92	173,69	1168,91
		1082	24,65	31,86	148,62	148,62