

"Утверждаю"

И.о. заведующего МДОУ

«Детский сад № 31 «Капелька»

г. Георгиевска

Клиддук С. П.

2025г.



МЕНЮ

На 14 мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сал/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	Сок яблочный	200	1	0	24,4	101,6
		200/1	0,75	0	18,3	76,2
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	73/5	10,73	9,67	10,88	173,83
		73/5	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	36	1,14	0,12	7,38	35,25
		30	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	39	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	1321	30,56	38,92	173,69	1168,91
		1085	24,65	31,86	148,62	148,62