

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 23 «Колокольчик»

пос. Нового

Бычкова Е.П.



МЕНЮ

На 07 марта 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд | Выход Сад/Ясли | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---------------|------------------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|--------|
| ЗАВТРАК | Суп молочный с крупой рисовой | 180 | 4,33 | 4,57 | 15,14 | 119,16 |
| | | 150 | 3,61 | 3,81 | 12,62 | 99,30 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 32,25 |
| | | 15 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 |
| | Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% | 7 | 0,06 | 5,08 | 0,10 | 46,2 |
| | | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 |
| | Чай с лимоном | 200/11/8 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,50 |
| 180/10/7 | | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 10,20 | 61,50 |
| | | 150 | 1,09 | 2,95 | 7,65 | 86,33 |
| | Пампушка с чесноком | 27 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 |
| | | 27 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 |
| | Котлеты рыбные или биточки рыбные | 70 | 8,87 | 2,95 | 6,22 | 86,33 |
| | | 50 | 6,34 | 2,85 | 4,44 | 61,66 |
| | Картофель отварной | 130/5 | 2,48 | 3,75 | 19,95 | 123,37 |
| | | 110/5 | 2,10 | 3,17 | 16,88 | 104,39 |
| | Икра свекольная или морковная (свекольная) | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,85 | 39,00 |
| | | 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,50 | 0,00 | 24,66 | 100,66 |
| | | 150 | 0,42 | 0,00 | 20,50 | 83,88 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 |
| | | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,5 |
| | Хлеб ржаной | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 |
| | | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| ПОЛДНИК | Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой | 60 | 3,63 | 4,24 | 21,90 | 140,12 |
| | | 60 | 3,63 | 4,24 | 21,90 | 140,12 |
| | Молоко кипяченое 2,5% | | | | | |
| Итого за день | | 1373 | 40,09 | 23,06 | 137,31 | 939,31 |
| | | 1107 | 31,01 | 19,89 | 112,84 | 749,89 |