

"Утверждаю"
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Детский сад № 23 «Колокольчик»
 пос. Нового"
 Алейникова Я.С.



МЕНЮ

На 9 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (овсяная)	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00	
		130/3,25	3,00	3,96	17,13	116,13	
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	54,60	
		15	0,76	0,08	4,92	36,40	
	Сыр Российский (порциями)	10	3,50	4,40	0,00	55,00	
		7	2,30	3,00	0,00	36,60	
	Чай с молоком	200	2,97	2,60	15,92	98,80	
		180	2,67	2,34	14,33	89,00	
2 завтрак							
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	
		150	1,61	1,70	10,28	62,85	
	Плов из птицы	150	14,17	11,96	25,08	264,40	
		150	14,17	11,96	25,08	264,40	
	Овощи натуральные свежие(огурцы)	50	0,55	0,10	1,90	12,0	
		30	0,33	0,06	1,14	7,20	
	Кисель из повидла, джема ,варенья	180	0,08	0,00	20,03	80,46	
		150	0,07	0,00	16,70	67,05	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
		30	2,28	0,24	14,76	70,50	
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
		30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	ПОЛДНИК	Пирожок печеный с картофелем и луком	60	3,91	4,70	23,75	153
			60	3,91	4,70	23,75	153
Чай с лимоном		200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50	
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	
Итого за день		1302	36,20	31,37	163,03	1081,41	
		1086	32,38	28,35	140,43	947,93	