

"Утверждаю"  
 Заведующий МБДОУ  
 "Детский сад № 23 «Колокольчик»  
 пос. Новогорь  
 Бычкова В.П.



## МЕНЮ

На 11 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	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
	Сыр Российский 50%	16	3,55	4,55	0,00	36,00
		10,5	2,40	3,03	0,00	55,00
	Какао с молоком (1 вариант)	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
ОБЕД	Суп картофельный с крупой перловой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с томатом	30	0,65	2,57	3,17	38,40
		30	0,65	2,57	3,17	38,40
	Макаронные изделия отварные	130	4,79	5,78	23,34	171,90
		110	4,05	4,89	19,76	145,40
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	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	Вареники ленивые	120	22,43	15,20	13,68	280,80
		100	18,69	12,67	11,40	234
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Кефир 2.5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
<b>Итого за день</b>		1471	59,58	61,78	141,68	1378,71
		1196	47,69	48,98	121,10	1144,71