

"Утверждаю"

И.О заведующего МБДОУ

"Детский сад № 23 «Колокольчик»

пос. Нового"

Алейникова Я.С.

МЕНЮ



На 16 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	180	1,96	4,58	20,27	130,70
		150	1,64	3,82	16,90	109,00
	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 сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		180/10	0,06	0,03	9,99	40,00
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,80
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	70	10,73	9,67	10,88	173,83
		50	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	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	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	Ватрушка с повидлом	60	3,82	2,55	37,82	190,29
		60	3,82	2,55	37,82	190,29
	Чай с молоком	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80
		135/45/10	2,67	2,34	14,33	89,00
Итого за день	1335	30,07	33,53	174,75	1123,56	
	1087	24,16	26,47	149,68	935,99	