

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

МЕНЮ

На 18 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	180/4	2,88	4,58	19,32	129,60
		150/3,5	2,40	3,82	16,10	108,00
	Бутерброд с повидлом	20815/5	1,58	2,51	17,54	99,27
		10/15/5	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
2- завтрак						
ОБЕД	Борщ Ставропольский	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушка с чесноком	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Рыба запечённая с картофелем	200/7	15,00	10,87	18,50	183,75
		160/5	12,00	8,70	14,80	147,00
	Помидоры свежие	50	0,65	2,07	3,58	35,50
		30	0,39	1,24	2,15	21,30
	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	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	1,14	0,12	7,38	35,25
	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%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого за день	1461	48,34	41,95	166,89	1152,40
		1186	41,57	35,79	141,70	975,59