

"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад № 23 «Колокольчик»
 пос. Нового"
 Бычкова Е.Л.



МЕНЮ

На 19 марта 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	
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 соленые (помидоры)	40	0,32	0,08	1,28	7,20
		40	0,32	0,08	1,28	7,20
	Компот из сухофруктов	180	5,78	23,34	24,66	100,66
		150	4,89	19,76	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	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	