

"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад № 23 «Колокольчик»
 пос. Новое"
 Бычкова Е.О.



МЕНЮ

На 21 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	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
	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 лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
180/10/7		0,07	0,01	7,10	29,00	
2-завтрак	Сок яблочный					
		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,20	61,50
		150	1,09	2,95	7,65	86,33
	Пампушка с чесноком	27	1,20	0,80	8,40	43,10
		27	1,20	0,80	8,40	43,10
	Котлеты рыбные или биточки рыбные	70	8,87	2,95	6,22	86,33
		50	6,34	2,85	4,44	61,66
	Картофель отварной	130/5	2,48	3,75	19,95	123,37
		110/5	2,10	3,17	16,88	104,39
	Икра свекольная или морковная (свекольная)	50	0,60	2,35	3,85	39,00
		30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	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	1373	40,09	23,06	137,31	939,31
		1107	31,01	19,89	112,84	749,89