

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



МЕНЮ

На 22 мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Капша жидкая молочная из пшеничной крупы	180/4,5	6,68	6,53	32,75	219,36
		150/3,75	5,57	5,44	27,29	182,80
	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
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
ОБЕД	Икра свекольная или морковная (морковная)	50	0,70	2,35	3,85	39,00
		30	0,60	3,70	3,70	30,03
	Свекольник	200	1,74	3,53	9,67	92,62
		150	1,31	2,65	7,25	69,46
	Соус сметанный с томатом	30	1,32	1,50	1,76	22,23
		40	1,32	1,50	1,76	22,23
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Тефтели рыбные	80	10,24	9,44	14,56	184,00
		50	7,68	7,08	10,92	138,00
	Кисель из повидла, джема ,варенья	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25
		25	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	Омлет с морковью	80	6,98	7,92	2,80	110,40
		60	5,24	5,94	2,10	82,80
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	125,1
		15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Итого за день	1384	39,62	44,43	171,99	1262,12
		1125	30,98	34,15	131,94	970,59