

"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

Детский сад № 23 «Колокольчик»

пос. Нового

Бычкова Е.Д.



## МЕНЮ

На 26мая 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд                     | Выход Сад/Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|------------|---------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|--------|
| ЗАВТРАК    | Яйцо отварное                         | 1/40           | 5,10  | 4,60  | 0,30     | 63,00  |
|            |                                       | 1/40           | 5,10  | 4,60  | 0,30     | 63,00  |
|            | Макаронные изделия отварные с овощами | 130            | 4,79  | 5,78  | 23,34    | 171,90 |
|            |                                       | 110            | 4,05  | 4,89  | 19,76    | 145,40 |
|            | Масло сливочное                       | 7              | 0,01  | 8,20  | 0,10     | 75,00  |
|            | Крестьянское 72/5%                    | 5              | 0,01  | 8,20  | 0,10     | 75,00  |
|            | Булочка                               | 25             | 1,66  | 5,10  | 9,87     | 91,80  |
|            | Ладушка йодированная                  | 25             | 1,23  | 3,78  | 7,31     | 68,00  |
| ОБЕД       | Овощи                                 | 50             | 0,72  | 1,91  | 1,97     | 24,31  |
|            | отварные(морковь)                     | 30             | 0,43  | 1,14  | 1,18     | 14,58  |
|            | Суп картофельный с крупой гречневой   | 200            | 1,68  | 4,09  | 13,27    | 96,60  |
|            |                                       | 150            | 1,26  | 3,07  | 9,95     | 72,45  |
|            | Биточки рубленые из птицы             | 70             | 12,49 | 2,57  | 6,18     | 98,00  |
|            |                                       | 50             | 8,93  | 1,84  | 4,41     | 70,00  |
|            | Пюре картофельное                     | 130            | 2,65  | 4,16  | 4,44     | 100,65 |
|            |                                       | 110            | 2,25  | 3,52  | 3,47     | 61,66  |
|            | Компот из свежих плодов(Яблоки)       | 180            | 0,43  | 0,25  | 16,40    | 111,40 |
|            |                                       | 150            | 0,36  | 0,21  | 10,55    | 45,51  |
|            | Хлеб пшеничный                        | 35             | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00  |
|            |                                       | 25             | 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    | Каша жидкая молочная из рисовой крупы | 150            | 1,64  | 3,82  | 16,90    | 109,00 |
|            |                                       | 130            | 1,42  | 3,31  | 14,65    | 94,47  |
|            | Какао с молоком                       | 180            | 3,67  | 3,19  | 15,82    | 107,00 |
|            |                                       | 150            | 3,15  | 2,72  | 12,96    | 89,00  |
|            | Итого за день                         | 1385           | 35,70 | 27,97 | 131,62   | 968,31 |
|            |                                       | 1150           | 23,03 | 23,03 | 100,97   | 729,16 |