

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



МЕНЮ

На 27 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сал/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша 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	30	1,32	1,50	1,76	22,23
		30	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
	Котлеты или биточки рыбные	70	8,87	2,85	6,22	86,33
		50	6,34	2,04	4,44	61,66
	Компот из повидла, джема, варенья	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	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	38,25	37,84	163,65	1164,45	
	1125	29,64	29,11	125,46	894,25	