

"Утверждаю"
И.О заведующего МБДОУ
"Детский сад № 23 «Колокольчик»
пос. Нового"
Алейникова Я.С.



МЕНЮ

На 29 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	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
	Сыр Российский 50%	16	3,55	4,55	0,00	36,00
		10,5	2,40	3,03	0,00	55,00
	Какао с молоком (1 вариант)	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
ОБЕД	Суп картофельный с крупой перловой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Котлета домашняя	70/7	8,52	17,15	13,30	173,70
		50/5	6,25	12,25	9,50	143,20
	Макаронные изделия отварные	130	4,79	5,78	23,34	171,90
		110	4,05	4,89	19,76	145,40
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	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	Вареники ленивые	120	22,43	15,20	13,68	280,80
		100	18,69	12,67	11,40	234
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Кефир 2.5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Итого за день	1471	56,20	57,46	134,72	1229,81
		1196	45,09	45,16	115,23	1046,51