

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



## МЕНЮ

На 30 мая 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 фруктовый                              |                |       |       |          |        |
|            |                                            | 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    | Шанежка наливная                           | 60             | 4,69  | 4,14  | 30,28    | 177,19 |
|            |                                            | 60             | 4,69  | 4,14  | 30,28    | 177,19 |
|            | 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           | 41,15 | 22,96 | 145,69   | 976,38 |
|            |                                            | 1107           | 32,07 | 19,79 | 121,22   | 786,96 |