

Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г.Георгиевск»

А.О. Иванникова.

МЕНЮ

На 11 апреля 2025 год

на 11 апреля 2025 год							
Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	180/4	4,50	2,25	32,55	168,75	
		150/3,5	3,0	1,50	21,70	112,50	
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/7	2,62	3,42	29,53	159,27	
		15/5	1,96	2,56	22,14	119,45	
	Чай с молоком 2,5%	200	2,97	2,6	15,92	98,8	
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	180	2,67	2,34	14,33	89	
		1/94,155	0,4	0	19	78	
		1/94,155	0,4	0	19	78	
ОБЕД	Икра свекольная	50	1,15	3,40	7,70	66,00	
		30	0,69	2,04	4,62	39,60	
	Борщ Ставропольский	200	2,25	6,12	15,00	124,12	
		150	1,40	3,70	9,00	75,50	
	Пампушка с чесноком	20/6	4,50	7,90	16,20	132,00	
		20/6	4,50	7,90	16,20	132,00	
	Сельдь с луком	50	5,10	6,60	2,30	89,00	
		50	5,10	6,60	2,30	89,00	
	Пюре картофельный(с маслом сливочным)	130	2,65	4,16	17,71	118,95	
		110	2,25	3,52	14,98	100,65	
	Компот из свежих плодов(яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61	
		150	0,36	0,21	10,55	45,51	
	Хлеб пшеничный	14,365	1,14	0,12	7,38	35,25	
		10	0,76	0,08	4,92	23,50	
	ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	31,428	1,98	0,36	10,02	52,2
			30	1,98	0,36	10,02	52,2
		Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,20
110	1,67		7,78	10,22	117,80		
	Чай с сахаром	200/11	0,10	0	15,00	60,00	
		150/7	0,08	0	11,25	45,00	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
		10	0,76	0,08	4,92	23,50	
	Итого за день	1362	34,95	48,93	186,02	1411,40	
		1135	28,07	39,19	122,33	1143,21	