

Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г. Георгиевск»

А.О. Иванникова.



МЕНЮ

На 19 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,2	3,61	3,81	12,62	99,30
	Бутерброд с повидлом (с маслом сливочным)	40	2,62	3,42	29,53	159,27
		30	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5%	150/50/11	1,40	1,60	17,70	91,00
		135/45/10	1,26	1,44	15,90	81,90
II ЗАВТРАК	Молоко кипяченое 2,5%	150	4,58	4,08	7,58	85,00
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД	Суп домашняя лапша	200	2,06	4,44	10,72	91,00
		150	1,55	3,33	8,04	68,25
	Плов из птицы	152	14,7	11,96	25,08	264,40
		152	14,7	11,96	25,08	264,40
	Кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,07	0	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	39,719	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	71,00
	Хлеб ржаной	28,598	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печеный сиз дрожжевого теста с капустой	70	4,26	6,94	25,56	187,29
		60	4,02	5,98	22,9	161,46
	Чай с лимоном	200/11/8	0,20	0	16,00	65,00
		150/7/3,4	0,15	0	12,00	48,75
	Итого за день	1332	33,91	30,96	187,05	1165,37
		1105	28,94	25,41	137,77	1114,51