

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 34 «Планета детства»
г. Георгиевск »
О.А. Иванникова



МЕНЮ

На 10 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,60	0,30	63,00
		1/40	5,1	4,60	0,30	63,00
	Булочка витаминно-йодированная	24,78	2,75	0,55	26,80	139,00
		25	2,75	0,55	26,80	139,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Икра кабачковая (промышленная)(сад) Икра морковная(ясли)	50	0,72	2,82	4,62	46,80
		110	2,31	7,48	15,18	75,00
II ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
	Плоды свежие (Яблоки)	1/92,198	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/92,198	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,80
		150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Птица, тушенная в соусе с овощами	147	7,51	4,81	13,88	129,10
		147	7,51	4,81	13,88	129,10
	Компот из лимонов	180	0,41	0,09	30,59	124,74
		150	0,33	0,07	25,49	103,95
	Хлеб пшеничный	30,818	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,90	0,20	12,30	59,00
	Хлеб ржаной	29,741	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/3,75	4,15	5,48	23,71	160,80
		130/3,25	3,46	4,57	19,76	134,00
	Кофейный напиток с молоком(1 вариант)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
	Итого за день	1384	30,23	24,14	161,95	997,24
		1170	26,53	29,79	125,65	812,35