

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 18 «Гармония»

ст. Подгорная»

Е.А.Хасанова



## МЕНЮ

На 02 июля 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд                         | Выход Сад/Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|------------|-------------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК    | Каша жидкая молочная из рисовой крупы     | 180/4          | 3,60  | 4,00  | 119,12   | 99,3    |
|            |                                           | 150/3,5        | 2,4   | 3,00  | 79,40    | 66,20   |
|            | Хлеб пшеничный                            | 20             | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|            |                                           | 15             | 1,14  | 0,12  | 7,38     | 35,25   |
|            | Масло сливочное «Крестьянское» (порциями) | 7              | 0,06  | 5,08  | 0,10     | 46,2    |
|            |                                           | 5              | 0,04  | 3,63  | 0,07     | 33,00   |
|            | Чай с молоком                             | 150/50/11      | 1,40  | 1,60  | 17,70    | 91,00   |
|            |                                           | 135/45/10      | 1,26  | 1,44  | 15,90    | 81,90   |
| II ЗАВТРАК | Плоды свежие (Яблоки)                     | 1/100          | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,00   |
|            |                                           | 1/100          | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,00   |
| ОБЕД       | Суп лапша домашняя                        | 200            | 2,06  | 4,44  | 10,72    | 91,00   |
|            |                                           | 150            | 1,55  | 3,33  | 8,04     | 68,25   |
|            | Котлета рубленая из бройлер - цыплят      | 70/5           | 10,73 | 9,67  | 10,88    | 173,83  |
|            |                                           | 50/5           | 7,66  | 6,91  | 7,77     | 124,16  |
|            | Капуста тушёная                           | 130            | 2,68  | 4,21  | 12,26    | 97,63   |
|            |                                           | 110            | 2,27  | 3,56  | 10,37    | 82,61   |
|            | Компот из смеси сухофруктов               | 180            | 0,50  | 0,00  | 24,66    | 100,66  |
|            |                                           | 150            | 0,42  | 0,00  | 20,50    | 83,88   |
|            | 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    | Пирожок печёный с картофелем и луком      | 60             | 3,91  | 4,70  | 23,75    | 153,00  |
|            |                                           | 60             | 3,91  | 4,70  | 23,75    | 153,00  |
|            | Чай с сахаром                             | 200/11         | 0,10  | 0,00  | 15,0     | 60,00   |
|            |                                           | 150/7          | 0,075 | 0,00  | 11,25    | 45,00   |
|            | Итого за день                             | 1324           | 32,01 | 29,55 | 276,13   | 1072,67 |
|            |                                           | 1080           | 24,95 | 23,66 | 209,14   | 862,95  |

Леш 101-37

Сей 113-РЗ