

Утверждаю
Заведующий МБДОУ



ст. Подгорная»

Е.А.Хасанова

МЕНЮ

На 16 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
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
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	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

Ласу 97-89

Ласу 108-89