

Утверждаю
Заведующий МДОУ



«Детский сад №18 «Гармония»

ст. Подгорная»

Е.А.Хасанова

МЕНЮ

На 17 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо варёное (1шт)	40	5,1	4,6	0,3	63
		40	5,1	4,6	0,3	63
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное (порциями)	7	0,56	5,07	0,13	118,67
		5	0,04	3,63	0,065	46,20
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,022	11,1	44,4
		180/10	0,06	0,02	10	40,0
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Суп картофельный с пшеничной крупой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Котлеты рыбные	70	8,87	2,85	6,22	86,33
		50	6,34	2,04	4,44	61,66
	Соус сметанный	180	1,32	1,50	1,76	22,23
		150	1,32	1,50	1,76	22,23
	Каша рассыпчатая гречневая	130/4,5	7,68	5,19	34,49	214,94
		11/4	6,50	4,39	29,19	181,87
	Кисель из повидла	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	59,0
		20	1,52	0,16	10,0	47,0
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,60
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия (пром. производства) Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1
		15	1,12	1,47	1,16	62,5
	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	24,66	100,66
		150	0,42	0,0	20,5	83,88
	Итого за день	1434	47,66	44,08	177,11	1298,80
		1155	37,60	34,89	139,90	1025,50

зали 64-27

сад 72,37