

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 18 «Гармония»

ст. Порггорная»

Е.А.Хасанова



МЕНЮ

На 25 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	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 лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
II ЗАВТРАК		180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00
	Сок фруктовый	200	1	-	20,2	85,3
		200	1	-	20,2	85,3
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,2	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Зразы рыбные рубленые	70/5	9,41	4,66	10,54	121,34
		50/5	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Кисель из повидла	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
ПОЛДНИК		30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	125,10
		15	1,12	1,47	11,16	62,55
	Молоко кипячёное 2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого за день	1374	36,70	28,25	181,78	1131,35
		1110	29,23	22,96	150,20	925,14

ссыл 115-20

ссыл 121-32