

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 6 «Звездочка» с. Обильного»



Данова О.Ю.

МЕНЮ

На 14 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный Масло сливочное «Крестьянское» 72,5%	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00
II ЗАВТРАК	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	85,30
		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
Обед	Икра свекольная	50	0,60	2,35	3,85	39,00
		30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Зразы рыбные рубленые	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пампушки с чесноком	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Рагу из овощей Хлеб пшеничный	130	1,97	9,19	12,08	139,2
		110	1,67	7,78	10,22	117,8
		15	1,52	0,16	9,84	47,00
	Молоко кипяченое 2,5%	10	1,14	0,12	7,38	35,25
		200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого за день	1576	34,58	46,84	172,23	1249,88
		1401	28,91	37,22	150,98	1053,83