

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

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

Панова О.Ю.

МЕНЮ

На 17 июня 2025 год (2 день)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная ячневая	180	4,15	5,48	27,71	160,80
		150	3,46	4,57	19,76	134,00
	Хлеб пшеничный Сыр «Российский» 50% (порциями)	20/15	3,68	5,35	11,33	108,11
		15/10	2,63	3,82	8,09	77,22
	Кофейный напиток с молоком 2,5% (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (морковь)	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Голубцы ленивые	150	10,61	6,81	15,04	164,00
		130	8,84	5,68	12,53	136,67
	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	Запеканка из творога 5 %	120	21,05	14,46	20,58	296,48
		100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Ряженка 2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Итого за день	1402	58,45	45,74	161,80	1290,54
		1155	47,93	37,21	131,38	1051,14