

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

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



Панова О.Ю.

МЕНЮ

На 24 июля 2025 год (5 день)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	180	6,68	6,53	32,75	219,36
		150	5,57	5,44	27,29	182,80
	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
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	0,40	0,05	1,25	7,00
		30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,21	13,08	107,80
		150	3,39	3,16	9,79	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	30	3,74	0,48	22,82	110,46
		20	2,49	0,32	15,21	73,64
	Тефтели рыбные	70	6,19	1,44	6,43	63,38
		50	4,42	1,03	4,59	45,27
	Каша рассыпчатая ячневая	130	7,46	5,28	33,49	211,25
		110	6,31	4,47	28,34	178,75
	Компот из свежих плодов	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	23,50
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Кондитерские изделия (вафли)	30	2,25	2,94	22,32	125,10
		15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		150/7	0,06	0,02	9,99	40,00