

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Звездочка» с. Обильного»



Панова О.Ю.

МЕНЮ

На 28 июля 2025 год (6 день)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Булочка витаминно-йодированная Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		25/5	1,23	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,40
		180	0,06	0,02	9,99	40,00
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	0,40	9,80	44,00	0,03
		30	0,40	9,80	44,00	0,03
	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,80
		150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Жаркое из кур (2вариант)	150	7,13	4,62	13,74	125,80
		150	7,13	4,62	13,74	125,80
	Кисель из повидла	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	150	2,40	3,82	16,10	108,00
		130	4,02	4,62	24,10	156,08
	Кофейный напиток с молоком 2,5%(1 вариант)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
Полдник	Итого за день	1377	28,42	33,21	136,27	960,36
		1165	26,62	29,99	120,64	863,9