

Утверждаю

И.о.заведующего МДОУ

«Детский сад № 32 «Карамелька»

г. Георгиевска»

Кочина О.Н.

2025г.



МЕНЮ
на 27 июня 2025 год

Приём пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Если	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	180/4,5	1.96	4.58	20.27	130.7
		150/3,75	1.64	3.82	16.9	109
	Хлеб пшеничный	20	1.43	0.15	9.23	44.06
		15	1.14	0.12	7.38	35.25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0.04	3.63	0.07	33
		5	0.04	3.63	0.07	33
	Чай с сахаром	200	2.97	2.6	15.92	98.8
		180	2.67	2.34	14.33	89
ОБЕД	Пампушки с чесноком	20	1.2	0.8	8.4	43.1
		20	1.2	0.8	8.4	43.1
	Борщ с капустой и картофелем	200	1.45	3.93	10.2	85
		150	1.09	2.95	7.65	61.5
	Рыба тушеная с овощами	70/70	13.35	7.19	6.01	142.15
		50/50	9.53	5.13	4.29	101.53
	Пюре картофельное	130	2.65	4.16	17.71	118.95
		110	2.25	3.52	14.98	100.65
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.5	0	24.66	100.66
		150	0.42	0	20.5	83.88
	Хлеб из пшеничной муки	40	2.58	0.27	16.73	79.9
		30	2.28	0.24	14.76	70.5
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2.11	0.38	10.68	55.68
		36	1.98	0.36	10.02	52.2
ПОЛДНИК	Шанежка наливная	60	4.69	4.14	30.28	177.19
		60	4.09	4.14	30.28	177.19
	Молоко кипяченое	150	6.11	5.44	10.11	113.3
		150	6.11	5.44	10.11	113.3
	Итого за день	1044	40.64	36.63	177.54	1204.19
		717.5	32.19	28.97	144.69	969.45