

Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г.Георгиевск»

О.А Иванникова



МЕНЮ

На 03 сентября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	180/4	3,60	4,00	119,12	99,30
		150/3,5	2,40	3,00	79,40	66,20
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с молоком	150	2,97	2,6	15,92	98,8
		135	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	100	0,40	0,00	19,00	78,00
		100	0,40	0,00	19,00	78,00
	Овощи свежие (помидоры)	52	0,40	0,05	1,25	7,20
		30	0,24	0,03	0,75	4,20
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	2,06	4,44	10,72	91,00
		150	1,55	3,33	8,04	68,25
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят (с маслом сливочным)	66/5	12,16	18,08	11,84	259,20
		50/5	9,12	13,56	8,88	194,40
	Каша рассыпчатая пшеничная	110/4	6,50	4,39	29,19	181,87
		110/4	6,50	4,39	29,19	181,87
	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	39,69	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	71,00
	Хлеб ржаной	32,35	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печеный с картофелем и луком	60	3,91	4,7	23,75	153
		60	3,91	4,7	23,75	153
	Чай с сахаром	200/11	0,1	0	15,0	60
		150/7	0,075	0	11,25	45
	Итого за день	1344	34,43	40,48	268,83	1170,77
		1080	26,81	36,02	199,26	973,29