



Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 34 «Планета детства»
г. Георгиевск»
Иванникова О.А

МЕНЮ

На 13 Октября 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Яйцо отварное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Булочка витаминно-йодированная	24,2	2,75	0,55	26,80	139,00
		25	2,75	0,55	26,80	139,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Икра кабачковая (пром) Икра морковная	46,8	0,45	2,35	2,97	34,80
		30	0,27	1,41	1,78	20,88
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	11,10	44,40
		150	0,06	0,02	9,99	40,00
II ЗАВТРАК			0,40	0,00	19,00	78,00
			0,40	0,00	19,00	78,00
ОБЕД	Суп картофельный клецками	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Птица, тушенная в соусе с овощами	143	7,51	4,81	13,88	129,10
		150	7,51	4,81	13,88	129,10
	Компот лимонов	180	0,41	0,09	30,59	124,74
		150	0,33	0,07	25,49	103,95
	Хлеб пшеничный	43,4	2,66	0,28	17,22	82,25
		25	1,90	0,20	12,30	59,00
	Хлеб ржаной	28,08	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	4,15	5,48	23,71	160,80
		150	3,46	4,57	19,76	134,00
	Какао с молоком (1 вариант)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
	Итого за день	1322,121	30,91	26,77	173,05	1076,49
		1,135,25	28,29	23,63	151,65	949,10