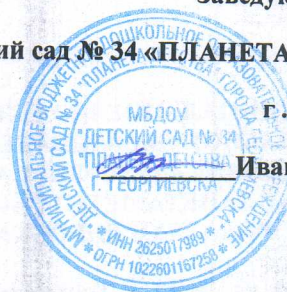


Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г. Георгиевск»

Иванникова О.А.



МЕНЮ

На 21 Января 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	180/2	3,60	4,00	119,12	99,30
		150/1,5	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 72,5%	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						
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
	Капуста тушеная	130	6,50	4,39	29,19	181,87
		110	6,50	4,39	29,19	181,87
	Компот из свежих плодов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	41,545	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	71,00
	Хлеб ржаной	33,2	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печенный с картофелем и луком	60	3,91	4,7	23,75	153
		60	3,91	4,7	23,75	153
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15,0	60
		180	0,075	0	11,25	45
	Итого за день	1464	34,43	40,48	268,83	1170,77
		1080	26,81	36,02	199,26	973,29