

Утверждаю
Заведующий МБДОУ



Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г.Георгиевск»

О.А Иванникова.

МЕНЮ

На 14 Августа 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	150/3,75	5,57	5,45	27,3	182,8
		130/3,25	4,82	4,72	23,6	158,5
	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
	Какао с молоком (1 вариант)	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Икра овощная	50	0,65	2,07	3,58	35,5
		30	0,39	1,24	2,15	21,3
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,21	13,08	107,8
		150	3,29	3,16	9,79	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	30	3,74	0,48	22,82	110,46
		20	2,49	0,32	15,21	73,64
	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным «Крестьянским 72.5%»	85/8	12,50	15,70	6,40	216,00
		60/6	9,37	17,78	4,80	162,00
	Каша рассыпчатая гречневая	130/4	6,31	4,47	28,34	178,75
		110/4	6,31	4,47	28,34	178,75
	Компот из лимонов	180	0,41	0,09	30,59	103,95
		150	0,33	0,07	25,49	35,25
	Хлеб пшеничный	19,474	1,14	0,12	7,38	35,25
		20	0,76	0,08	4,92	23,50
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	31,29	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,2
		110	1,67	7,78	10,22	117,8
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	125,1
		30	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,4
		180/7	0,06	0,02	9,99	40,0
	Итого за день	1444	42,16	60,06	337,88	1350,86
		1220	32,19	56,93	263,24	1108,49