

Утверждаю
И.о Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г.Георгиевск»

Литвиненко Н.Г

МЕНЮ

На 16 июля 2026 год



на 10 июля 2020 год							
Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным 72,5%	200/6	5,57	5,45	27,3	182,8	
		150/5	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 72,5%	7	0,06	5,08	0,10	46,2	
		5	0,04	3,63	0,07	33,00	
	Какао с молоком (1вариант)	180	4,2	3,63	7,28	118,67	
		150	3,67	3,19	15,82	107,00	
ОБЕД	Овощи отварные с маслом(свекла)	50	0,72	1,91	1,97	24,31	
		30	0,43	1,14	1,18	14,58	
	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%	77/8	12,50	15,70	6,40	216,00	
		60/6	9,37	17,78	4,80	162,00	
	Каша рассыпчатая (Рис)	130/4,5	6,31	4,47	28,34	178,75	
		110/4	6,31	4,47	28,34	178,75	
	Компот из лимонов	180	0,11	0,00	27,11	108,90	
		150	0,09	0,00	22,59	90,75	
	Хлеб пшеничный	32,81	1,14	0,12	7,38	35,25	
		20	0,76	0,08	4,92	23,50	
	Хлеб ржаной	32,29	1,98	0,36	10,02	52,2	
		30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	ПОЛДНИК	Рагу из овощей с зеленым горошком	130	4,31	7,94	36,76	235,64
			110	4,31	7,94	36,76	235,64
Хлеб пшеничный		10	1,14	0,12	7,38	35,25	
		10	0,76	0,08	4,92	23,50	
Кондитерское изделие (вафли)		25,47	2,25	2,94	22,32	125,10	
		25,47	2,25	2,94	22,32	125,10	
Чай с сахаром		180/11	0,07	0,02	11,10	44,4	
		150/7	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		