

Утверждаю  
И.о Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»



г.Георгиевск  
Литвиненко Н.Г

# МЕНЮ

На 2 июня 2026 год

| Прием пищи | Наименование блюд                      | Выход Сад/ Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|------------|----------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК    | Каша жидкая молочная пшеничная         | 150/3,75        | 5,57  | 5,45  | 27,3     | 134,00  |
|            |                                        | 130/3,25        | 4,82  | 4,72  | 23,6     | 116,13  |
|            | Хлеб пшеничный                         | 20              | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47      |
|            |                                        | 15              | 1,14  | 0,12  | 7,38     | 35,25   |
|            | Сыр порциями                           | 14,24           | 3,55  | 3,03  | 11,33    | 55      |
|            |                                        | 10,5            | 2,40  | 3,03  | 8,09     | 36,6    |
|            | Кофейный напиток с молоком (1 вариант) | 200             | 3,12  | 2,66  | 14,17    | 93,30   |
|            |                                        | 150             | 2,81  | 2,39  | 12,75    | 83,90   |
| II ЗАВТРАК |                                        |                 |       |       |          |         |
| Обед       | Суп картофельный с крупой (пшено)      | 200             | 1,68  | 4,09  | 13,27    | 96,60   |
|            |                                        | 150             | 1,26  | 3,07  | 9,95     | 72,45   |
|            | Тефтели 2-ой вариант                   | 100             | 8,31  | 12,08 | 12,37    | 191,05  |
|            |                                        | 80              | 5,94  | 8,63  | 8,84     | 136,46  |
|            | Макаронные изделия с маслом            | 135             | 17,06 | 10,93 | 31,29    | 292,5   |
|            |                                        | 110             | 14,78 | 9,47  | 27,12    | 253,5   |
|            | Компот из сухофруктов                  | 180             | 0,50  | 0     | 24,66    | 100,66  |
|            |                                        | 150             | 0,42  | 0     | 20,5     | 83,88   |
|            | Хлеб пшеничный                         | 37,67           | 3,04  | 0,32  | 19,68    | 94,00   |
|            |                                        | 20              | 2,28  | 0,24  | 14,76    | 70,50   |
|            | Хлеб ржаной                            | 28,986          | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
|            |                                        | 30              | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2    |
| ПОЛДНИК    | Сырники из творога с соусом молочным   | 106/30          | 2,25  | 2,94  | 22,32    | 125,10  |
|            |                                        | 100/30          | 1,12  | 1,47  | 11,16    | 62,50   |
|            | Кефир 2.5%                             | 140             | 0,13  | 0,02  | 11,30    | 70,89   |
|            |                                        | 150             | 0,07  | 0,01  | 7,10     | 70,89   |
|            | Итого за день                          | 1422            | 63,15 | 46,74 | 190,39   | 1535,14 |
|            |                                        | 1155            | 53,57 | 42,77 | 157,27   | 822,16  |