

Утверждаю
И.о. Заведующего МБДОУ
«Детский сад № 34 «Планета детства»
г. Георгиевск»
И.Г. Митвиненко Н.Г.

И.о. Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 34 «Планета детства»

г. Георгиевск »

Литвиненко Н.Г

МЕИЮ

На 21 Июля 2026 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	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	25,18	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	49,10	0,45	2,35	2,97	34,80
		30	0,70	1,38	3,70	39,60
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,10	44,40
		180	0,06	0,02	9,99	40,00
2 ЗАВТРАК	Сок натуральный	200	0,40	0,00	19,00	78,00
		200	1,00	0,00	20,20	85,30
	Овощи натуральные (помидоры)	47,6	0,65	2,07	3,58	35,50
		30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Суп картофельный с крупой(гречневой)	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Плов из птицы	144	23,36	27,04	38,24	489,60
		150	23,36	27,04	38,24	489,60
	Компот из лимонов	180	0,43	0,09	30,59	54,61
		150	0,33	0,07	25,49	124,74
	Хлеб пшеничный	35,695	2,66	0,28	17,22	103,95
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	34,79	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Каша жидкая молочная из пшенной крупы	150/5	5,10	4,60	0,30	63,00
		130/5	5,10	4,60	0,30	63,00
ПОЛДНИК	Кофейный напиток (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
	Итого за день	1502	47,79	44,52	172,89	1342,10
		1215	42,75	40,59	135,09	1103,56