

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 34 «Планета детства»
г. Георгиевск»
Иванникова О.А.

МЕНЮ

№ 14 Октября 2025 год

Прим пищи	Наименование блюд	Выход Сал/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ячневой	150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Сыр «Российский»	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	50%(порциями)	9,89	3,55	4,55	0	55,00
	Какао с молоком (1 вариант)	180	3,67	3,19	15,82	107
	Молоко Кипяченое	150	3,15	2,72	12,96	89
	150	4,58	4,08	7,58	85,00	
	150	4,58	4,08	7,58	85,00	
	Овощи отварные (свекла)	50	0,72	1,91	1,97	24,31
	Суп картофельный с крупой (пшениной)	200	1,58	2,18	11,66	72,6
ОБЕД	Тфтели 2-ой вариант	79,3	8,31	12,08	12,37	191,05
	Соч сметанный с томатом	30	0,525	1,6	2,3	25,5
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/4,5	4,32	3,36	21,12	132,36
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
	Хлеб пшеничный	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	30,355	2,66	0,28	17,22	82,25	
	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	27,64	1,98	0,36	10,02	52,2	
	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Запеканка из творога 5%	112	17,54	12,05	17,15	247
	100	17,54	12,05	17,15	247	
	Сочс молочный слизкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
	200/11/9	0,20	0	16,00	65,00	
	150/7/4	0,15	0	12,00	48,45	
	Чай с сахаром с лимоном	1502	47,79	44,52	172,89	1342,10
	1215	42,75	40,59	135,09	1103,56	
	Итого за день					