

Утверждаю
И.о. Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 34 «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

г. Георгиевск»

Литвиненко Н.Г

МЕНЮ

На 24 Июля 2026 год.

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белк и	Жиры	Углево ды	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	180/4	4,50	2,25	32,55	168,75
		150/3,5	3,0	1,50	21,70	112,50
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным 72,5 %	20/7	2,62	3,42	29,53	159,27
		15/5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5%	150/50/11	2,97	2,6	15,92	98,8
		135/45/10	2,67	2,34	14,33	89
ОБЕД	Овощи натуральные (огурцы).	52	0,55	0,10	1,90	12,00
		30	0,33	0,06	1,14	7,20
	Свекольник	200	2,25	6,12	15,00	124,12
		150	1,40	3,70	9,00	75,50
	Рыба ,запеченная с картофелем по-русски.	70/130	15,81	19,69	11,59	286,80
		50/129	12,65	15,75	9,27	229,44
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	39,66	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	30,68	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Крендель с сахаром	60	4,31	7,94	36,76	235,64
		60	4,31	7,94	36,76	235,64
	Молоко кипяченое	200	0,10	0	15,00	60,00
		150	0,08	0	11,25	45,00
	Итого за день	1362	34,95	48,93	186,02	1411,40
		1135	28,07	39,19	122,33	1143,21