

Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 28 «Мишутка»

ст. Неолобная»

С.Ю.Шахлевич

МЕНЮ

На 18 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ячневой	180/2,0	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,16	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр полутвердый «Российский» 50% (порциями)	16	3,68	5,35	11,33	46,2
		10,5	2,63	3,82	8,09	33,00
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	200	4,20	3,63	7,28	118,61
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
II ЗАВТРАК	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД	Овощи отварные с маслом	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с купой гречневой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03
		30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Макаронные изделия с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		110	4,03	3,09	19,33	121,30
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	80,46
		150	0,36	0,21	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Запеканка из творога 5%	120	21,05	14,46	1,51	296,48
		100	17,54	12,05	20,58	247,00
	Соус сладкий молочный	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Итого за день	1502	59,03	60,57	167,58	1493,44
		1215	47,13	47,43	141,04	1185,04