



Утверждаю
Заведующий МДОУ

Детский сад № 28 «Мишутка»

ст. Незлобная»

С.Ю.Шахлевич

МЕНЮ

На 29 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	С/Я	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ячневой	С	180/2,0	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	150/1,5	3,61	3,81	12,16	99,30
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	С	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,61
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00
ОБЕД	Овощи отварные с маслом	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с крупой гречневой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	С	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		Я	50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Макаронные изделия с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	С	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		Я	110	4,03	3,09	19,33	121,30
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	80,46
		Я	150	0,36	0,21	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,5
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Пудинг из творога с рисом	С	120	17,90	12,61	12,68	286,59
		Я	100	14,99	10,56	10,62	240,02
	Соус сладкий молочный	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
Итого за день		С	1502	59,03	60,57	167,58	1493,44
		Я	1215	47,13	47,43	141,04	1185,04