



Утверждаю

Заведующий МДОУ

«Детский сад № 28 «Мишутка»

ст. Незлобная»

С.Ю. Шахлевич

МЕНЮ

На 02 апреля 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд | | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|--------------------|---|-----|----------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная рисовая | С | 150/3,75 | 1,96 | 4,58 | 20,27 | 130,70 |
| | | Я | 180/4,5 | 1,64 | 3,82 | 16,90 | 109,00 |
| | 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 |
| Чай с молоком 2,5% | С | 200 | 2,97 | 2,60 | 15,92 | 98,80 | |
| | Я | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,33 | 89,00 | |
| II ЗАВТРАК | Плоды свежие (Яблоки) | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 |
| | | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 |
| ОБЕД | Суп –лапша домашняя | С | 200 | 1,77 | 4,05 | 9,54 | 81,80 |
| | | Я | 150 | 1,32 | 3,04 | 7,15 | 61,35 |
| | Котлета рубленая из бройлер - цыплят | С | 70/5 | 2,68 | 4,21 | 12,26 | 97,63 |
| | | Я | 50/5 | 2,27 | 3,56 | 10,37 | 82,61 |
| | Капуста тушеная | С | 180 | 0,5 | 0 | 24,66 | 100,66 |
| | | Я | 150 | 0,42 | 0 | 20,50 | 83,88 |
| | Компот из смеси сухофруктов | С | 180 | 0,5 | 0 | 24,66 | 100,66 |
| | | Я | 150 | 0,42 | 0 | 20,15 | 83,88 |
| | Хлеб пшеничный | С | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 |
| | | Я | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,5 |
| Хлеб ржаной | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | |
| | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | |
| ПОЛДНИК | Крендель сахарный | С | 60 | 4,31 | 7,94 | 36,76 | 235,74 |
| | | Я | 60 | 4,31 | 7,94 | 36,76 | 235,74 |
| | Чай с сахаром | С | 200/11 | 0,07 | 0,02 | 11,10 | 44,4 |
| | | Я | 150/7 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,0 |
| Итого за день | | С | 1324 | 32,16 | 38,94 | 183,46 | 1214,51 |
| | | Я | 1080 | 26,74 | 32,01 | 155,86 | 101634 |