

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Котегуртский детский сад»
_____ Т.В.Шихова

МЕНЮ на «26» июня 2025 года

Блюдо	Выход		Б		Ж		У		С		Энергет. ценность	
	1-3 г	3-7 л	1-3 г.	3-7 л	1-3 г	3-7 л	1-3 г	3-7 л	1-3 г	3-7 л	1-3 г	3-7 л
Завтрак												
Каша гречневая	150	180	4.80	5.76	4.86	5.83	20.97	25.16	0	0	146.82	176.18
Хлеб пшеничный	30	40	2.25	3.0	0.87	1.16	15.42	20.56	0	0	78.51	104.68
Масло порциями	10	10	0.08	0.08	7.25	7.25	0.13	0.13	0	0	66.09	66.09
Чай сладкий	150	180	2.7	2.7	2.3	2.3	11.31	14.31	0	0	77.0	89.0
Итого завтрак	340	410	9.78	11.51	15.31	16.58	47.83	60.16	0	0	368.23	435.90
Борщ с кап и карт	150	200	1.10	1.46	2.94	3.92	7.65	10.20	6.17	8.22	61.44	81.92
Мясо птицы отварное (для отпуска 1 блюда)	20	24	4.52	5.42	3.40	4.08	0	0	0	0	48.68	58.42
Сметана(для отпуска блюда)	10	10	0.26	0.26	1.50	1.50	0.36	0.36	0.04	0.04	15.98	15.98
Плов из птицы	180	200	19.44	21.60	10.62	11.80	34.02	37.80	0	0	309.42	343.80
Компот из яблок	150	180	0.12	0.14	0.12	0.15	17.81	21.49	1.29	1.55	72.80	87.78
Хлеб пшеничный	30	40	2.38	3.168	0.4	0.528	15.804	21.072	0	0	76.28	101.71
Итого обед	580	714	28.11	32.50	21.40	25.57	76.58	92.33	9.37	12.62	611.52	729.50
Омлет натуральный	100	140	6.57	9.2	8.70	12.18	3.71	5.19	2.52	3.53	117.86	165
Кофейный напиток с молоком	150	180	0.0	0.0	0.0	0.0	23.85	28.62	3.0	3.60	95.40	114.48
Хлеб пшеничный	30	40	2.37	3.16	0.3	0.4	14.49	19.32	0	0	71.0	94.6
Итого полдник	280	360	13.52	17.84	13.08	17.46	25.78	33.58	4.57	5.99	274.22	361.72
Итого за день			51.81	62.25	50.21	60.01	159.99	195.87	23.94	28.61	1298.37	1571.52