

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

МЕНЮ на «29» мая 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												
Макароны отв с сыром	150	180	9.29	11.15	10.01	12.01	22.71	27.25	0.14	0.17	218.09	261.71
Хлеб пшеничный	30	40	2.25	3.0	0.87	1.16	15.42	20.56	0	0	78.51	104.68
Чай с лимоном	150	180	0.01	0.1	0	0	7.10	10.20	1.42	2.83	29.0	41.0
итого	350	420	14.19	16.80	13.18	15.47	45.38	58.16	1.56	3.0	356.90	439.09
Яблоки	100	100	1.5	1.5	0.5	0.5	21	21	10	10	95	95
Огурцы порционн	40	60	1.80	2.71	3.14	4.72	2.90	4.35	2.28	3.43	47.11	70.67
Суп крестьянский с крупой	150	200	1.56	2.08	3.18	4.24	8.58	11.44	7.20	9.60	69.18	92.24
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
Каша ячневая	130	150	3.54	4.08	3.54	4.08	21.71	25.05	0	0	132.81	153.24
Котлета «Здоровье»	50	70	7.10	9.50	6.20	8.4	3.0	4.40	0.0	0.0	97	131.20
Компот из с/ф	150	180	0.33	0.4	0.015	0.018	3.0	24.98	0.3	0.36	84.74	101.68
Хлеб пшеничный	40	50	3.17	3.96	0.53	0.66	2.01	4.4	0	0	101.71	127.14
итого	590	744	22.28	28.41	21.50	27.69	60.62	74.98	9.83	13.44	525.93	662.81
Ватрушка с творог	60	80	7.90	10.53	4.69	6.26	25.01	33.34	0	0	173.0	230.0
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	2.0	2.41	10.63	14.36	0.98	1.17	69.88	90.53
итого	210	260	10.24	13.38	6.69	8.67	35.64	47.7	1.01	1.21	242.88	320.53
Итого за день			48.21	60.08	41.87	52.34	162.64	201.85	22.40	27.64	1220.21	1516.92