

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

МЕНЮ на «20» 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
<b>Завтрак</b>												
Суп мол с мак изд	150	200	4.32	5.76	3.92	5.22	14.13	18.84	0.69	0.92	109.04	145.38
Хлеб пшеничный	25	30	1.87	2.3	0.73	0.87	12.85	15.42	0	0	65.42	78.51
Масло порциями	10	10	0.08	0.08	7.25	7.25	0.13	0.13	0	0	66.09	66.09
Коф напиток с мол	150	180	2.34	2.82	2	2.41	10.36	14.36	0.98	1.17	70.0	91.0
<b>Итого</b>	<b>335</b>	<b>420</b>	<b>8.62</b>	<b>10.91</b>	<b>13.89</b>	<b>15.75</b>	<b>37.47</b>	<b>48.75</b>	<b>1.67</b>	<b>2.09</b>	<b>309.35</b>	<b>380.39</b>
Помидоры порционно	30	40	0.21	0.28	0.03	0.04	0.57	0.76	2.10	2.80	3.39	4.52
Суп карт с рыб фрик	150	200	3.36	4.48	3.51	4.68	9.41	12.54	6.71	8.94	82.65	110.20
Рагу из овощей	150	180	19.44	21.60	10.62	11.80	34.02	37.80	0	0	309.42	343.80
Голубцы уралочка	70	80	6.19	7.07	3.97	4.6	8.77	10.02	8.77	10.02	95.60	109.80
Компот из с/ф	150	180	0.33	0.4	0.015	0.018	20.82	24.98	0.3	0.36	84.74	101.68
Хлеб пшеничный	30	30	2.38	2.37	0.4	0.39	15.80	15.80	0	0	76.28	76.28
Хлеб ржаной	0	40	0	2.640	0.48	0	13.36	0	0	0	0	69.0
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>750</b>	<b>14.70</b>	<b>19.92</b>	<b>11.96</b>	<b>15.03</b>	<b>65.53</b>	<b>89.66</b>	<b>32.20</b>	<b>39.32</b>	<b>429.33</b>	<b>575.49</b>
Сырники из творога	60	80	8.45	11.27	6.93	10.24	12.67	16.90	0.44	0.58	146.87	204.83
Компот из свежих яблок	150	180	0.0	0.0	0.0	0.0	23.85	28.62	3.0	3.60	95.40	114.48
<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>260</b>	<b>8.45</b>	<b>11.27</b>	<b>6.93</b>	<b>10.24</b>	<b>36.52</b>	<b>45.52</b>	<b>3.44</b>	<b>4.18</b>	<b>242.27</b>	<b>319.31</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36.16</b>	<b>47.30</b>	<b>36.58</b>	<b>45.52</b>	<b>160.16</b>	<b>211.45</b>	<b>61.61</b>	<b>69.99</b>	<b>1115.32</b>	<b>1446.57</b>