

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

МЕНЮ на «24» 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
Каша рисовая	150	180	2,33	2,79	3,96	4,75	24,15	28,98	0	0	141,54	169,85
Хлеб пшеничный	20	25	1,5	1,9	0,58	0,72	10,28	12,85	0	0	52,34	65,42
Сыр порционнo	10	10	2,63	2,63	2,66	2,66	0	0	0,07	0,07	34,46	34,46
Какао с молоком	150	180	3,15	3,7	2,72	3,19	12,96	15,82	1,2	1,4	88,92	106,67
Итого	330	395	9,61	10,97	9,92	11,33	47,39	57,65	1,27	1,50	317,26	376,40
Щи из св капусты	150	200	1.41	1.88	1.7	2.26	9.97	13.3	7.2	24	60.75	70.25
Каша пшеничная	130	150	2.65	3.06	4.16	4.8	17.72	20.45	15.74	18.17	118.92	137.22
Котлеты рыбные	70	80	6.19	7.07	3.97	4.54	8.77	10.03	8.77	10.02	109.26	8.77
Компот из с/ф	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	1,20	1,43	88,92	106,67
Соус томатный	30	30	0.35	0.35	1.26	1.26	2.41	2.41	0.71	0.71	22.36	22.36
Хлеб пшеничный	40	50	3,17	3,96	0,53	0,66	21,07	26,34	0	0	101,71	127,14
Итого	640	774	17,85	21,02	17,37	20,29	82,49	97,40	31,05	37,98	557,73	656,24
Запеканка из творога	70	80	3.26	6.52	1.86	3.71	20.23	40.47	0.05	0.11	111.0	221.35
Чай сладкий	150	180	0.33	0.4	0.015	0.018	20.82	24.98	0.3	0.36	84.74	101.68
Итого	220	260	8.89	8.89	9.4	10.15	26.42	27.68	0.56	0.56	222.35	237.62
Итого за день	1274	1503	36.75	41.28	37.09	42.17	166.10	192.53	42.88	50.04	1141.74	1314.66