

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 20 «Ромашка»
ст. Урухской»
О.В. Петрова



МЕНЮ

На 19 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями геркулес	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,0	47,0
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Повидло яблочное	15	0,0	0,0	2,1	2,4
		10	0,0	0,0	1,8	1,9
	Чай с молоком 2,5%	150/50\11	2,97	2,6	15,92	98,8
135/45/10		2,67	2,34	14,33	89	
II ЗАВТРАК	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД	Овощи соленые (огурец)	50	0,60	2,35	3,85	39,00
		30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Плов из птицы	150	14,17	11,96	25,08	264,40
		150	14,17	11,96	25,08	264,40
	Кисель из повидла	180	0,11	0,00	27,11	108,90
		150	0,09	0,00	22,59	90,75
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,0
		30	2,28	0,24	14,76	71,0
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,44	15,91	74,74	
	30	1,98	0,36	12,9	60,6	
ПОЛДНИК	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	60	3,63	4,24	21,90	140,12
		60	3,63	4,24	21,90	140,12
	Чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Итого за день	1332	34,6	33,22	179,13	1159,67
		1105	31,55	29,28	151,45	1000,16