


Утверждаю
 И.о. заведующего МКДОУ
 "Детский сад № 13 "Вишенка"
 пос. Приэтокского
 Булах И.М.



МЕНЮ На 14 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00
2-завтрак	Плоды свежие (яблоко)	С	1/100	0,40	0,40	9,80
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80
ОБЕД	Икра свекольная	50	0,60	2,35	3,85	39,00
		30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленые	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Масло сливочное «Крестьянское»	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
Хлеб пшеничный	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ПОЛДНИК	Шанежка наливная	60	4,69	4,14	30,28	177,19
		60	4,69	4,14	30,28	177,19
	Молоко кипяченое с м.д.ж.2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
	Итого за день	1374	36,58	30,84	174,39	1122,45
		1110	28,13	29,54	135,38	918,22