



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

## МЕНЮ На 19 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	180	1,96	4,58	20,27	130,70
		150	1,64	3,82	16,90	109,00
	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 молоком с м.д.ж.2,5%	200	2,97	2,60	15,92	98,80
180		2,67	2,34	14,33	89,00	
2-завтрак	Сок фруктовый(яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30
		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
ОБЕД	Капуста тушеная	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,80
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	70	10,73	9,67	10,88	173,83
		50	7,66	6,91	7,77	124,16
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	60	4,31	7,94	36,76	235,64
		60	4,31	7,94	36,76	235,64
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		150/7	0,06	0,02	9,99	40,00
2-завтрак	Сок фруктовый(яблочный)	1324	32,02	34,00	183,43	1169,71
		1080	26,48	31,98	176,2	1101,34
<b>Итого за день</b>						