


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



## МЕНЮ На 25 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная ячневая	180	4,15	5,48	23,71	160,80
		150	3,46	4,57	19,76	134,00
	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
	Сыр полутвердый «Российский» с м.д.ж.50% (порциями)	15	2,40	4,55	0,00	55,55
		15	2,40	4,55	0,00	55,00
	Кофейный напиток с молоком с м.д.ж.2,5% (1вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
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	овощи отварные с маслом	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Голубцы ленивые	150	10,61	6,81	15,04	164,00
		130	8,84	5,68	12,53	136,67
	Компот из смеси «Кухофруктов»	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	Вареники ленивые	120	21,21	16,93	21,08	324,70
		100	16,88	13,48	16,92	258,82
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Кефир с м.д.ж.2,5% или ряженка с м.д.ж.2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
150		4,20	3,28	6,13	70,89	
<b>Итого за день</b>		1402	55,07	42,28	167,71	1273,33
		1155	45,89	38,75	128,81	1053,74