

Утверждаю:
 заведующий МКДОУ «Детский сад №10
 «Огонёк» пос. Балковского»
 Ю.Г. Асварова

МЕНЮ

На 19 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5%	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» 72,5% (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,4
		150/7	0,06	0,02	9,99	40,0
II ЗАВТРАК	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,3
		150	4,58	4,08	7,58	85,0
ОБЕД	Икра свекольная	50	1,17	2,3	6,17	50,05
		30	0,7	1,38	3,7	30,03
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8
		150	1,61	1,7	10,28	62,85
	Плов из птицы (бройлер-цыпленок 1 категории потрошенный)	100/50	14,17	11,96	25,08	264,4
		100/50	14,17	11,96	25,08	264,4
	Кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,07	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,0
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем и луком	60	3,91	4,7	23,75	153,0
		60	3,91	4,7	23,75	153,0
	Чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,5
		150/7/4	0,07	0,01	7,1	29,0
	Итого за день	1557	39,21	37,29	178,53	1206,52
		1239,5	34,22	32,01	149,03	1021,88