

Утверждаю:  
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 3 «АБВГДейка»



# МЕНЮ

На 23.05 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюд                             | Выход Сад/Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|------------|-----------------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|---------|
| ЗАВТРАК    | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом | 180/2          | 2,88  | 4,58  | 19,32    | 129,60  |
|            | Бутерброд с повидлом                          | 20/15/5        | 1,58  | 2,51  | 17,54    | 99,27   |
|            | Чай с молоком (2,5%)                          |                |       |       |          |         |
|            |                                               |                |       |       |          |         |
| II ЗАВТРАК | Плоды свежие (Яблоки)                         | 1/100          | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,00   |
| ОБЕД       | Икра свекольная                               | 50             | 0,60  | 2,35  | 3,85     | 39,00   |
|            | Борщ Ставропольский                           | 200            | 1,45  | 3,93  | 10,20    | 85,00   |
|            | Пампушки с чесноком                           | 20             | 1,20  | 0,80  | 8,40     | 43,10   |
|            | Рыба, запеченная с картофелем по-русски       | 70/130         | 15,81 | 19,69 | 11,59    | 286,80  |
|            | Компот из свежих плодов (яблоки)              | 180            | 0,43  | 0,25  | 12,66    | 54,61   |
|            | Хлеб пшеничный                                | 15             | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|            | Хлеб ржаной                                   | 37             | 0,45  | 12,52 | 2,47     | 0,45    |
|            | Рагу из овощей                                | 130            | 1,97  | 9,19  | 12,08    | 139,20  |
|            | Хлеб пшеничный                                | 15             | 1,52  | 0,16  | 9,84     | 47,00   |
|            | Чай с лимоном                                 | 200/11/8       | 0,13  | 0,02  | 11,30    | 45,50   |
| ПОЛДНИК    | Итого за день                                 | 1442           | 47,18 | 62,44 | 164,33   | 1409,57 |