

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА № 34 «МИШУТКА» ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА**

Меню на 30.06.2025 г.

ДЕНЬ 1 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	150	3,38	2,41	15,04	95,37	204
	Яйцо вареное	20	2,58	2,32	0,16	31,84	213
	Чай сладкий	200	0,1	0,00	15,30	61,6	24
	Бутерброд с маслом	30/10	2,53	7,55	14,78	137,19	1; 6
	Итого за завтрак:	410	8,59	12,28	45,28	326,00	
Завтрак 2	Фрукты свежие (яблоки)	100	1,9	1,2	17,9	90	
	Итого за 2 завтрак:	100	1,9	1,20	17,90	90	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	5,51	6,36	12,22	128,16	151
	Пюре картофельное	150	2,13	3,4	11,07	83,4	434
	Гуляш из мяса отварного	70	3,4	6,12	1,44	74,44	420
	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0,99	2,47	4,37	43,67	53
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,12	0	16,42	66,16	527
	Хлеб пшеничный	50	3,89	0,5	24	116,06	этикетка
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,84	5,67	10,97	102,27	1
	Итого за обед:	750	17,88	24,52	80,49	614,16	
Полдник	Булочка домашняя	60	6,3	4,24	24,14	159,92	2
	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	этикетка
	Итого за полдник:	260	12,1	9,24	32,14	260,12	
Ужин	Котлеты рыбные	80	6,31	4,07	13	113,87	351
	Пюре из гороха с маслом	150	12,88	5,44	17,38	170	74
	Какао с молоком	200	3,72	3,64	15,98	111,56	508
	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	10,8	51,48	этикетка
	Итого за ужин:	450	24,53	13,35	57,16	446,91	
	Итого за день:	1970,00	65,00	60,59	232,97	1737,19	

Заведующий хозяйством: И.С.Саханина

