

"Утверждаю"

Заведующий МДОУ "Детский сад № 41

«Золотой ключик» г. Георгиевска"

Мицкевич В.А.

11 июля 2025 г

МЕНЮ на летне-осенний период
для детей с 10,5 и 12 часовым пребыванием

Неделя 2		10 День				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	180/5	2,88	4,58	19,32	129,60
		150/5	2,40	3,82	16,10	108,00
	Бутерброд с повидлом	20/15/5	2,62	3,42	29,53	159,27
		15/10/5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Чай с молоком 2,5% жирн.	200	2,97	2,60	15,92	98,80
		180	2,67	2,34	14,33	89,00
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Рыба, тушенная в томате с овощами	70/70	13,35	7,19	6,01	142,15
		50/50	9,53	5,13	4,29	101,53
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Рагу из овощей	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Булочка "Домашняя»	0	0,00	0,00	0,00	0,00
		60	4,50	7,92	36,54	235,20
	Итого: сад		1491	73,00	91,38	275,38
Итого: ясли		1256	67,00	83,84	267,02	2086,50