

Утверждаю
Заведующий МКДОУ

«Детский сад № 12 «Ивушка»



МЕНЮ

На 29 июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная с ячневой крупой и маслом сливочным «Крестьянским» 72,5 %	180/4,5	4,15	5,48	23,71	160,80
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Сыр «Российский» с м.д.ж.50%(порциями)	15	3,55	4,55	0,00	55,00
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	50	0,80	2,00	4,30	38,10
	Рассольник Ленинградский (крупя перловая)	200	1,70	4,10	13,30	96,60
	Голубцы ленивые, Соус сметано-томатный	120/30	10,61	6,81	15,04	164,00
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
	Ленивые вареники	120/30	10,64	9,32	24,96	226,70
ПОЛДНИК	Кефир 2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
	Итого за день	1402	43,55	35,23	169,53	1171,47