

УТВЕРЖДЕНО:
 заведующим МДОУ
 «Детский сад» № 6
 «Почемучка» п. Новоорск
 Приймак М.А.

Меню на 30.07.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	Каша Овсяная молочная с маслом.	200	6,7	11	22,6	216,4
	Чай с сахаром.	180	0,2	0	12,6	50,4
	Батон,масло сливочное.	25	1,58	7,83	10,41	118,4
Итого за завтрак 1		405	8,48	18,83	45,61	385,2
Завтрак 2	Сок фруктовый.	100	0,1	0	13	50
Итого за завтрак 2		100	0,1	0	13	50
Обед	Салат из моркови с изюмом с растительным маслом.	60	0,76	4,2	11,7	87
	Суп Картофельный на м/б.	200	2,34	2,82	16,6	101,3
	Макароны отварные.	160	5,6	4,2	26,6	166,7
	Гуляш из мяса говядины.	80	9,3	7,1	2	104,3
	Кисель витаминизированный	180	1	0	25,4	110
	Хлеб пшеничный.	50	3,9	0,5	24	117,86
	Хлеб ржаной.	40	3,2	0,6	16,2	84,5
Итого за обед		770	26,1	19,42	122,5	771,66
Полдник	Булочка домашняя молочная.	60	6,4	5,6	43,7	249,9
	Кисломолочный напиток.	180	5,22	4,5	7,56	92
Итого за полдник		240	11,62	10,1	51,26	341,9
Итого за день		1515	46,3	48,35	232,37	1548,76