

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

Меню на 31.07.2025г

Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетиче- ская ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углево- ды	
Завтрак 1					
Суп молочный гречневый.	200	7	10,4	25	222,4
Кофейный напиток с молоком.	180	2,85	2,41	14,36	91
Бутерброд с сыром.	35	5,02	8,61	10,34	139,4
Итого за завтрак 1	415	14,87	21,42	49,7	452,8
Завтрак 2					
Фрукт	100	1,5	0.50	8	95
Итого за завтрак 2	100	1,5	0	8	95
Обед					
Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом.	60	0,99	4,3	2,96	54,7
Суп Рассольник со сметаной.	200	4,2	2,4	15,3	118,4
Картофельное пюре.	150	3,1	4,8	20,4	137,2
Котлета рыбная.	80	10,95	3,7	8,69	112
Томатный соус.	30	0,36	0,125	0,02	2,235
Компот из свежих плодов.	180	0,14	0,14	21,5	87,8
Хлеб пшеничный.	50	3,9	0,5	24	117,86
Хлеб ржаной.	40	3,2	0,6	16,2	84,5
Итого за обед	790	26,84	16,57	109,07	714,695
Полдник					
Творожники песочные.	70	6,3	7,93	21,35	160
Какао с молоком.	180	3,65	3,1	15	103
Итого за полдник	250	9,95	11,03	36,35	263
Итого за день	1555	53,16	49,02	203,12	1525,495