

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

Меню на 01.08.2025г

Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Омлет с сыром.	85	9,1	15,8	1,4	184
Чай сладкий с лимоном.	180	0,2	0	12,2	50,4
Хлеб пшеничный.	20	1,8	0,25	12	58,93
Масло сливочное.	5	0,04	3,6	0,06	33
Итого за завтрак 1	290	11,14	19,65	25,66	326,33
Завтрак 2					
Фрукт.	100	1,5	0,5	8	95
Итого за завтрак 2	100	1,5	0,5	8	95
Обед					
Салат из свеклы с черносливом.	60	0,94	3,1	11,8	78,9
Суп гороховый.	200	7,1	0,6	20,1	127,3
Плов с курицей.	200	22,26	7,73	35,69	301
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	730	38,4	12,53	133,19	819,56
Полдник					
Печенье.	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Конфета	10	0,4	2,6	5,9	49,1
Кисломолочный напиток.	180	5,22	4,5	7,56	92
Итого за полдник	220	7,92	10	35,76	266,2
Итого за день	1340	58,96	42,68	202,61	1507,09