

Утверждаю Заведующий МДОУ
"Детский сад №17 "Журавушка"
ст. Лысогорской"
Н.И. Бухтоярова

МЕНЮ

На 17 Марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	Энергетическ ая ценность (ккал)	
Завтрак	Яйцо вареное	1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Свекла, тушеная в соусе	150	1,40	3,80	8,60	71,10
		100	1,10	3,10	6,90	56,90
	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 лимоном	200\11\8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150\7\4	0,07	0,01	7,10	29,00
Обед	Гуляш из отварного мяса	80	11,48	18,90	17,09	284,20
		60	8,20	13,50	12,20	203,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		110	4,03	3,09	19,33	121,30
	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,60
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		150	1,26	3,07	9,95	72,45
	Хлеб пшеничный	35	3,04	0,32	19,68	94,00
		20	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,90	60,60
	Ватрушка с творогом 5% жирности	75	9,51	4,03	23,40	168,00
		60	7,61	3,22	18,72	134,40
Полдник	Какао с молоком 2,5% жирности (1 вариант)	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
	Всего за день: сад	1450	45,46	43,10	185,27	1348,04
	Всего за день: ясли	1156	37,34	35,48	141,97	1035,15