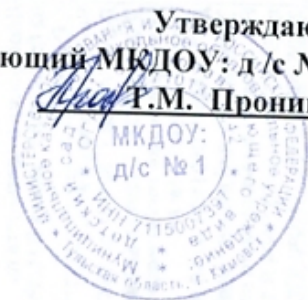


Утверждаю
Заведующий МКДОУ: д/с №1
Пронина



МЕНЮ-ЯСЛИ/САД

26 июня 2025 год

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	35/5 40/5	2,75/ 3,13	4,68/ 4,83	17,5/ 19,99	124,8/ 137,9
Омлет натуральный	120/ 130	10,42/ 11,88	11,81/ 13,47	3,96/ 4,47	179,92/ 185,75
Чай с лимоном	150/ 180	0,04/ 0,04	0	9,1/ 12,13	35,0/ 47,0
Итого:					339,72/ 370,65
Второй завтрак					
Банан	75/ 75	1,13/ 1,13	0,08/ 0,08	14,4/ 14,4	66,75/ 66,75
Обед					
Огурец свежий	30/ 30	0,24/ 0,24	0,03/ 0,03	1,02/ 1,02	4,2/ 4,2
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	180/ 200	4,3/ 6,5	3,9/ 5,2	17,51/ 22,09	105,6/ 150,0
Плов с мясом курицы	150/ 180	7,74/ 8,26	10,38/ 11,07	19,66/ 20,97	239,2/ 255,15
Напиток из шиповника	150/ 180	0,18/ 0,24	0,08/ 0,1	13,75/ 18,33	75,0/ 100,0
Хлеб ржаной	30/ 40	1,98/ 2,64	0,36/ 0,48	10,26/ 13,68	54,3/ 72,4
Итого:					478,3/ 581,75
Полдник					
Булочка домашняя	70/ 70	4,33/ 4,33	8,26/ 8,26	28,73/ 28,73	155,5/ 155,5
Йогурт	115/ 115	3,08/ 3,08	2,75/ 2,75	12,1/ 12,1	85,8/ 85,8
Итого:					241,3/ 241,3
Итого за день:					1126,07/ 1260,45