

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №14"

/Волкова В.Г./

МЕНЮ
9 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯННАЯ	202	5,74	6,37	19,44	158,91
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СЛАДКИЙ	216	0,28	0,00	8,05	33,27
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	37/8/14	6,08	10,65	33,68	255,65
Итого		12,10	17,02	61,17	447,83
II Завтрак					
СОК	105	0,53	0,00	7,68	32,62
Итого		0,53	0,00	7,68	32,62
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	204	11,02	8,90	18,97	200,19
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	152	2,96	6,02	23,96	162,26
ГУЛЯШ С ПЕЧЕНЬЮ	55	7,26	3,19	1,88	72,46
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	203	0,07	0,01	11,08	46,05
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,54	0,48	22,70	109,21
Итого		24,85	18,60	78,59	590,17
Полдник					
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	53/20	5,76	5,89	24,93	175,83
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,06	0,00	0,12	0,67
Итого		5,82	5,89	25,05	176,50
Ужин					
ЛАПША В МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	204	5,91	7,67	27,05	201,67
ЧАЙ С САХАРОМ	204	0,06	0,00	7,04	28,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,93	0,29	33,62	148,82
Итого		8,90	7,96	67,71	378,83
Всего		52,20	49,47	240,20	1 625,95