

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №14"
_____/Волкова В.Г./

МЕНЮ
29 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	199	5,20	8,06	13,12	146,79
КАКАО С МОЛОКОМ	214	7,85	5,91	17,29	157,24
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,70	0,27	31,00	137,26
Итого		15,75	14,24	61,41	441,29
II Завтрак					
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	122	1,10	0,24	9,89	52,52
Итого		1,10	0,24	9,89	52,52
Обед					
ПОРЦИОННЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	70	0,27	0,00	1,08	5,66
СУП ФАСОЛЬЕВЫЙ НА М/Б	222	4,61	6,40	9,43	113,86
ЁЖИКИ С МЯСОМ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	88/30	12,97	9,82	23,52	247,18
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	193	0,63	0,04	12,68	54,14
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,28	0,44	21,02	101,12
Итого		21,76	16,70	67,73	521,96
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10
ЧАЙ С САХАРОМ	196	0,10	0,00	5,58	22,75
Итого		2,32	2,82	27,51	144,85
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	195	8,69	4,94	42,57	249,16
ЧАЙ С САХАРОМ	201	0,11	0,00	7,08	28,71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,70	0,27	31,00	137,26
Итого		11,50	5,21	80,65	415,13
Всего		52,43	39,21	247,19	1 575,75