Утверждаю

заведующая
МБДОУ № 34
_____/Молодова Ю.А/

МЕНЮ

26 мая 2025 г.

Сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	2,5	1,3	15,1	82
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,4	0,2	14,5	61
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8				
Итого		**2,9**	**1,5**	**29,6**	**143**
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,4	48
Итого		**0,6**	**0,1**	**11,4**	**48**
Обед					
ЛАПША С КУРИЦЕЙ	200	7,8	12,7	15,6	208
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	21,1	18,3	36,3	393
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,4	92
ХЛЕБ РЖАНОЙ	54				
Итого		**29**	**31,1**	**74,3**	**693**
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		2,4	10
ВАФЛИ	28	0,8	0,9	21,7	100
АПЕЛЬСИН	98	0,6	0,1	5,4	28
Итого		**1,5**	**1**	**29,5**	**138**
Ужин					
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		2,5	10
КАРТОШКА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	200	2,1	0,4	17,5	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32				
Итого		**2,2**	**0,4**	**20**	**92**
Всего		**36,2**	**34,1**	**164,8**	**1114**