

Утверждаю:

Заведующая

Казарова В.О

Меню

26 Марта 2025г.

Вес, гр. / Калор, Ккал.

Наименование блюд

Ясли

Детсад

ЗАВТРАК

-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/139	200/212
-Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/9/153	50/5/13/205

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

5.- Кисломолочный напиток 100/130

100/77

130/99

обед

5-Овощи натуральные соленные или свежие	30/3	50/5
5--Суп картофельный с мясными фрикадель	180/127	200/141
5.-Суп из кур с рисом	50/3/172	70/4/237
5-Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/166
5-Кисель из ягод свежемороженных	180/56	200/69
5-Хлеб пшеничный	15/35	20/47
5-Хлеб ржаной	20/39	25/49

ПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

25-Компот из ягод замороженных	180/28	200/33
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого тес	50/183	60/216

УЖИН

25-Кукуруза с яйцом	40/43	60/60
25-Рагу из овощей с мясом	150/183	200/247
25-Чай с лимоном	180/21	200/25
25-Плоды свежие	95/42	100/44
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1570.18 2027.76

Утверждаю:

Заведующая

Казарова В.О

Меню

27 Марта 2025г.

Вес, гр. / Калор, Ккал.

Наименование блюд

Ясли

Детсад

ЗАВТРАК

5-Омлет натуральный	150/200	150/200
5-Зеленый горошек или кукуруза консерви	40/0	50/0
5-Какао с молоком	180/59	200/64
5-Хлеб пшеничный	20/47	40/94

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

5.- Кисломолочный напиток 100/130

100/77

130/99

обед

5.-Салат из свежеты (или моркови) с изюм	40/55	60/77
5-Суп с лапшой, с мясом птицы	180/116	200/126
5.-Котлеты, биточки, шницели рыбные	60/123	70/142
5-Картофельное пюре	120/109	150/138
25-Лимонный напиток	180/62	200/71
25-Хлеб пшеничный	15/35	20/47
25-Хлеб ржаной	40/78	50/97

ПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

25-Молоко кипяченое 180/200

180/107

200/87

25-Соки овощные, фруктовые и ягодные

25-Кондитерские изделия

35/158

55/248

УЖИН

25-Пудинг творожный	130/298	180/412
25-Молоко стуженное	10/29	15/44
25-Чай с молоком	180/34	200/39
25-Плоды свежие	95/42	100/44

Итого калорийность: 1628.99 2028.06