

05.02.2025

Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка"

Заведующая

О.Ю. Никифорова

Утверждаю:

Никифорова О.Ю.

Меню

5 Февраля 2025г.

3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	511	410.32
каша кукурузная с молоком	200	191.70
батон 25 с маслом 5/5 с джем	39	102.88
Какао с молоком	200	90.42
Мандарин	70	24.50
Яблоки	2	0.82
10 ЧАСОВ	100	62.9
Сок	100	62.90
ОБЕД	710	528.67
Салат из редьки с маслом или	60	14.68
Щи со свежей капустой	200	126.88
Жаркое по-домашнему	200	238.86
Компот из груш и кураги *	200	50.85
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	202	308.17
Кефир	45	33.48
Йогурт	130	81.64
Мармелад	27	193.05
УЖИН	555	305.29
Салат из свеклы с соленым ог	60	56.41
Суп рыбный	200	113.53
Чай полусладкий	200	20.03
Хлеб пшеничный	40	93.76
Киви	55	21.56

Итого калорийность: 1615.35 Ккал.

Завтрак



Второй завтрак



Полдник



Обед



Ужин

