

14.02.2025
Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка"

Заведующая

Утверждаю:

Никифорова О.Ю.

Меню

14 Февраля 2025г.

3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	495	423.2
Каша ячневая молочная	200	200.31
Батон (25) с маслом сливочн	30/5	106.79
Какао с молоком	200	90.42
Груша	60	25.68
10 ЧАСОВ	100	62.9
Сок	100	62.90
ОБЕД	690	519.93
Порционные свежие огурцы	40	5.64
Свекольник	200	103.12
-Говядина тушеная с овощами	200	271.55
Компот яблочный	200	42.22
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	200	210.18
Снежок	180	137.70
Вафли	20	72.48
УЖИН	410	310.21
свекла порционная	50	21.05
Омлет натуральный с маслом	120	175.37
Чай полусладкий	200	20.03
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1526.42 Ккал.

Завтрак



Полдник



Обед



Ужин



Второй завтрак

