

04.03.2025

Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка"

Заведующая

Утверждаю:

Никифорова О.Ю.

Меню

4 Марта 2025г.

3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	512	481.79
Каша овсяная "Геркулес" молс	200	201.82
Какао с молоком	200	90.42
батон (25) масло 3/5 сыр 5/7	37	118.67
Банан	75	70.88
10 ЧАСОВ	100	62.9
Сок	100	62.90
ОБЕД	710	598.48
Салат из помидоров с репчат	60	31.12
Щи с фасолью	200	139.82
-Говядина тушеная с овощами	200	286.13
Компот из груш с лимоном	200	44.01
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	212	299.63
печенье Смак	32	186.59
Йогурт	180	113.04
УЖИН	490	486.45
Салат из свеклы с изюмом	60	95.77
Пудинг творожный	150	265.76
Подлив киселевый	40	11.13
Чай полусладкий	200	20.03
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1929.25 Ккал.

Завтрак



Обед



Второй завтрак



Полдник



Ужин

