

18.03.2025

Островского, 36

Завтрак

Обед



Второй
завтрак



Полдник



Ужин



МБДОУ № 14 "Брусничка"

Утверждаю:

Заведующая

Друг Н.К.

Меню

18 Марта 2025г.

3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	537	468.62
Каша ячневая молочная	200	191.46
батон (25) масло 3/5 сыр 5/7	37	118.67
Чай с добавлением молока	200	63.99
-Бананы свежие	100	94.50
10 ЧАСОВ	100	62.9
-Сок промышленного производ	100	62.90
ОБЕД	730	474.7
Салат из свежих огурцов с лук	60	45.44
Суп овощной	200	103.81
Тефтели Домашние биточки	70	17.98
Картофель в сметане	150	166.06
Компот из груш с лимоном	200	44.01
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	250	367.87
Йогурт	180	113.04
Булочка с изюмом	70	254.83
УЖИН	420	369.64
-Икра морковная	60	54.29
Омлет с капустой	120	186.21
Кофейный напиток без молока	200	35.38
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1743.73 Ккал.