

19.03.2025
Островского, 36

МБДОУ № 14 "Бруслица" Утверждаю: _____
Заведующая _____ Друг Н.К.

Меню 19 Марта 2025г. 3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	419	383.66
Творог, припущенный (запечен)	120	223.69
батон 25 с маслом 5/5 с джем	39	102.88
Чай с лимоном	200	33.57
Киви	60	23.52
10 ЧАСОВ	100	62.9
-Сок промышленного производ	100	62.90
ОБЕД	750	642.01
Салат из редиса	50	38.74
Свекольник с отварной свекло	200	97.40
Печень в сметанном соусе	100	160.14
Картофельно-гороховое пюре	150	175.06
Компот из чернослива	200	73.27
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	250	378.99
Кефир	180	133.92
Булочка домашняя	70	245.07
УЖИН	490	302.65
-Помидоры свежие	50	10.50
Суп рыбный	200	104.94
Чай с молоком	200	87.21
Хлеб прибрежный	40	100.00

Итого калорийность: 1770.21 Ккал.

Завтрак



Обед



Полдник



Ужин

