

21.03.2025
Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка" Утверждаю: _____
Заведующая *Друж* Друг Н.К.

Меню 21 Марта 2025г. 3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	480	398.92
Каша ячневая молочная	200	188.47
Батон (25) с маслом сливочным	30	93.71
Какао с молоком	200	96.34
-Яблоки свежие	50	20.40
10 ЧАСОВ	100	62.9
-Сок промышленного производства	100	62.90
ОБЕД	700	686.07
Салат из помидоров в с/с	50	39.76
Плов с мясом	200	364.78
Суп с мучными клецками	200	145.06
Компот из свежих фруктов	200	39.07
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	205	137.7
Снежок	180	137.70
пряники СЕВЕРНЫЙ	25	
УЖИН	530	404.95
Салат из капусты белокочанной	60	33.98
Рыбное суфле	80	106.58
Картофель аппетитный	150	137.84
Чай с лимоном	200	32.79
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1690.54 Ккал.

Завтрак



Обед



Полдник



Ужин

