

31.03.2025

Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка"



Утверждаю:

Никифорова О.Ю.

Меню

31 Марта 2025г.

3 до 7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	480	406.9
Каша ячневая молочная	200	191.46
Батон (25) с маслом сливочным	30	93.71
Кофейный напиток с молоком	200	102.13
Киви	50	19.60
10 ЧАСОВ	100	62.9
-Сок промышленного производства	100	62.90
ОБЕД	775	807.58
Салат картофельный с зеленью	60	67.84
Борщ вегетарианский (с картошкой)	200	108.67
Шницель Централь	75	272.68
Каша перловая рассыпчатая	150	210.81
Кисель с витаминами "Витошк"	200	24.00
Соус красный основной	40	26.18
Хлеб столичный	50	97.40
ПОЛДНИК	205	248.7
-Кефир	180	133.92
Печенье Слободское	25	114.78
УЖИН	500	277.35
Салат из свеклы с чесноком	60	42.02
Суп рыбный	200	108.78
Чай с лимоном	200	32.79
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1803.43 Ккал.

Завтрак



Обед



Полдник



Ужин

