

20.01.2025

Островского, 36

МБДОУ № 14 "Брусничка" Утверждено: Заведующая Никифорова О.Ю.

Меню 20 Января 2025г. до 3 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	330	330.07
Каша ячневая молочная	150	156.90
Батон (25) с маслом сливочным	30	93.71
Кофейный напиток с молоком	150	79.46
10 ЧАСОВ	70	24.5
Мандарин	70	24.50
ОБЕД	560	497.26
Икра овощная красная	40	41.41
Азу с чесноком и картофелем	180	221.68
Суп с мучными клецками	150	135.34
Компот из сухих фруктов	150	20.91
Хлеб столичный	40	77.92
ПОЛДНИК	200	300.73
Снежок	150	114.75
Ватрушка с яблоком	50	185.98
УЖИН	370	256.95
Салат свекольный	40	43.03
Рыба под овощами	150	118.34
Чай с лимоном	150	25.26
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1409.51 Ккал.



Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник



Ужин