

22.01.2025
Островского, 36

Завтрак

Обед



Второй завтрак



Полдник



Ужин

МБДОУ № 14 "Брусничка" Утверждена
Заведующая Никифорова О.К.

Меню 22 Января 2025г. до 3 л

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, к
ЗАВТРАК	393	393.48
Суп молочный с макаронными	150	160.56
Какао с молоком	150	75.99
батон (25) масло 3/5 сыр 5/7	33	100.23
Банан	60	56.70
ОБЕД	570	447.23
-Салат из свежих помидоров и	40	29.59
Свекольник	150	110.02
Бефстроганов из печени	60	111.20
Картофельно-гороховое пюре	130	136.55
Компот из сухих фруктов	150	20.91
Хлеб столичный	40	38.96
ПОЛДНИК	220	272.6
Кефир	150	111.60
Мармелад	20	143.00
Апельсины	50	18.00
УЖИН	342	307.42
Салат из редьки и моркови	40	37.40
Омлет натуральный с маслом	100	182.01
Чай несладкий	150	0.06
Хлеб пшеничный	30	70.32
Конфеты	22	17.63
Итого калорийность: 1420.73 Ккал.		