

23.01.2025

Островского, 36

Завтрак

Обед

МБДОУ № 14 "Брусничка"

Заведующая

*Официально*

Утверждаю:

Никифорова О.Ю

Меню

23 Января 2025г.

до 3 лет

| Наименование блюд             | Выход блюд |               |
|-------------------------------|------------|---------------|
|                               | Вес, гр.   | Калор, кк.    |
| <b>ЗАВТРАК</b>                | <b>397</b> | <b>297.66</b> |
| каша кукурузная с молоком     | 150        | 159.10        |
| батон 25 с маслом 5/5 с джем  | 37         | 100.84        |
| Чай полусладкий               | 150        | 12.04         |
| Груша                         | 60         | 25.68         |
| <b>10 ЧАСОВ</b>               | <b>100</b> | <b>68.2</b>   |
| Сок 0,2                       | 100        | 68.20         |
| <b>ОБЕД</b>                   | <b>590</b> | <b>577.39</b> |
| Икра свекольная с чесноком    | 40         | 46.90         |
| Щи с фасолью                  | 150        | 115.23        |
| Гуляш мясной                  | 80         | 134.02        |
| Каша перловая рассыпчатая     | 130        | 162.05        |
| Компот из шиповника с лимоном | 150        | 41.27         |
| Хлеб столичный                | 40         | 77.92         |
| <b>ПОЛДНИК</b>                | <b>178</b> | <b>222.75</b> |
| Йогурт                        | 150        | 94.20         |
| печенье слободское            | 28         | 128.55        |
| <b>УЖИН</b>                   | <b>370</b> | <b>422.61</b> |
| салат фруктовый               | 40         | 41.59         |
| Пудинг творожный              | 120        | 211.66        |
| Сладкий молочный подлив из    | 30         | 31.95         |
| Какао с молоком               | 150        | 67.09         |
| Хлеб пшеничный                | 30         | 70.32         |

Итого калорийность: 1588.61 Ккал.



Полдник

Ужин

