

27.01.2025

Островского, 36

Завтрак

Обед

МБДОУ № 14 "Брусничка"

Заведующая

Утверждаю:

Никифорова О.Ю.

Меню

27 Января 2025г.

до 3 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	413	377.61
Каша пшеничная с молоком	150	162.85
батон (25) масло 3/5 сыр 5/7	33	100.23
Какао с молоком	150	81.89
Яблоки	80	32.64
10 ЧАСОВ	100	68.2
Сок 0,2	100	68.20
ОБЕД	550	523.08
Салат из помидоров в с/с *	30	36.28
Щи по-уральски (с крупой)	150	115.88
Плов с мясом (гречневый)	180	272.09
Компот из сухих фруктов	150	20.91
Хлеб столичный	40	77.92
ПОЛДНИК	180	295.17
Снежок	150	114.75
печенье Вечернее	30	180.42
УЖИН	410	253.03
помидоры свежие порционные	30	6.30
Рыбное суфле	70	84.59
Капуста тушеная с томатом	130	67.19
Чай с лимоном	150	24.63
Хлеб пшеничный	30	70.32

Итого калорийность: 1517.09 Ккал.



Полдник

Ужин

