

Заведующая

Коркина О.К.

**Меню**

26 Марта 2025г.

**Наименование блюд****Вес, гр. / Калор, Ккал.****Ясли****Детсад****ЗАВТРАК**

25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130/132	200/201
25-Кофейный напиток с молоком	180/61	200/66
25-Хлеб пшеничный	20/47	40/94
25-Яйцо отварное	40/63	40/0

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**

25-Молоко кипяченое 100/130	100/59	130/77
-----------------------------	--------	--------

**ОБЕД**

25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок)	40/69	60/105
25-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/111	200/121
25-Гренки из пшеничного хлеба	15/66	25/110
25-Азу	60/136	70/159
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110/123	150/166
25-Кисель из ягод свежемороженых	180/51	200/64
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

**ПОЛДНИК**

25-Компот из ягод замороженных	180/20	200/24
25-Песочник (печенье песочное)	40/173	50/218

**УЖИН**

25-Овощи натуральные соленые или свежие	30/3	50/5
25-Тефтели рыбные	60/97	70/119
25-Картофельное пюре	120/109	150/138
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160/69	200/87
25-Плоды свежие	95/42	100/44
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

**Итого калорийность: 1555.75 1953.73**