

Заведующая

Ковкина О.К.

Меню

11 июня 2025г. № 9



| 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-Бутерброд с маслом и сыром | 35/5/9/153 | 50/5/13/205 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | |
| 25-, Кисломолочный напиток | 100/130 | 130/73 |
| ОБЕД | | |
| 25-Овощи натуральные соленые или свежие | 30/6 | 50/11 |
| 25--Суп картофельный с мясными фрикадель | 180/127 | 200/141 |
| 25.-Суфле из кур с рисом | 50/3/172 | 70/4/237 |
| 25-Макаронные изделия отварные с овощами | 110/123 | 150/166 |
| 25-Кисель из ягод свежемороженых | 180/51 | 200/64 |
| 25-Хлеб пшеничный | 15/35 | 20/47 |
| 25-Хлеб ржаной | 20/39 | 25/49 |
| ПОЛДНИК | | |
| 25-Компот из ягод замороженных | 180/20 | 200/24 |
| 25-Ватрушка с творогом из дрожжевого тес | 50/182 | 60/215 |
| УЖИН | | |
| 25-Кукуруза с яйцом | 40/43 | 60/60 |
| 25-Рагу из овощей с мясом | 150/183 | 200/247 |
| 25-Чай с лимоном | 180/21 | 200/25 |
| 25-Плоды свежие | 95/43 | 100/46 |
| 25-Хлеб пшеничный | 20/47 | 25/59 |
| 25-Хлеб ржаной | 20/39 | 25/49 |

Итого калорийность: 1533.15 1981.54