

д/сад «Северок»

Утверждаю:  
Руководитель

МЕНЮ на « 25 » 04 2025г.



| Прием пищи          | Наименование блюда               | Вес порции (г.)   |         | Энерг.ценн. (ккал.) |              |
|---------------------|----------------------------------|-------------------|---------|---------------------|--------------|
|                     |                                  | ясли              | сад     | ясли                | сад          |
| завтрак             | Бутерброд с маслом и сыром       | 20/5/8            | 25/5/10 | 108.00              | 135.00       |
|                     | Яйцо отварное                    | 40                | 40      | 157                 | 157          |
|                     | С-т из кукурузы                  | 60                | 80      | 57.00               | 76.00        |
|                     | Какао с молоком                  | 150               | 180     | 111.91              | 134.30       |
| 10-00 ч.            | Сок фруктовый                    | 100               | 100     | 45.00               | 45.00        |
| обед                | Суп овощной со сметаной на крупе | 180               | 200     | 121.23              | 134.70       |
|                     | Гречка с маслом                  | 120/5             | 130/5   | 241.30              | 261.41       |
|                     | Сардельки, тушеные в том. соусе  | 60/20             | 75/30   | 132.92/12.95        | 166.15/19.43 |
|                     | К-т из шпината                   | 150               | 180     | 75.83               | 91.00        |
|                     | Хлеб пшеничный                   | 35                | 30      | 81.76               | 70.08        |
|                     | Хлеб ржаной                      | 20                | 45      | 46.4                | 104.40       |
| полдник             | Кефир с сахаром                  | 140               | 160     | 109.82              | 125.51       |
| ужин                | Каша манная                      | 180               | 200     | 206.39              | 229.33       |
|                     | «Дружба» Хлеб                    | 25                | 30      | 58.4                | 70.08        |
|                     | Сай полусладкий                  | 150               | 180     | 35.83               | 43.00        |
|                     | Конфеты                          | 20                | 20      | 85.40               | 85.40        |
| Итого калорийность: |                                  | 1687.14 / 1947.79 |         |                     |              |