

д/сад «Северок»

Утверждаю:

Руководитель:

МЕНЮ на «1» 04

2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции		Энерг.ценн.	
		г	см	(ккал.)	
завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	92.21	110.66
	Каша молочная	180	200	170.91	206.30
	мажжя				
	Какао с молоком	150	180	91.10	131.04
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	45.00	45.00
обед	Суп рассольный с	180	200	206.28	229.20
	мидия. Картофельная запеканка с сыром	180/8	200/10	366.66	407.40
	Овощи соевые	30	30	4.94	4.94
	Х-м из шпината	150	180	101.25	121.50
	Хлеб пшеничный	25	45	58.60	117.20
	Хлеб ржаной	20	30	40.58	48.70
	Х-м консервированный	150	180	40.68	48.82
полдник	Суп гречневый на курице.	180	200	112.68	125.20
ужин	Тай палео., Водные	150/30	180/30	35.83	43.00
	Хлеб	25	30	48.70	58.44

Итого калорийность: 1519.42/1801.40