

д/сад «Северок»

МЕНЮ на «01» 08

Руководитель
2025г.

Утверждаю:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	92.21	110.66
	Суп молочный рисовый	180	200	186.21	206.90
	Чай с молоком	150	180	95.66	114.80
10-00 ч.	Сок	100	100	48.0	48.0
обед	Борщ со сметаной	180/6	200/8	107.60	120.33
	Котлета мясная в соусе	60/20	70/30	101.27/12.95	118.15/19.43
	Гречка с маслом	120/5	130/5	215.07	233.0
	К-т из фруктов	150	180	71.0	85.25
	Хлеб пшеничный	25	30	58.40	70.08
	Хлеб ржаной	15	20	34.80	46.40
	Овощи соевый	25	30	4.11	4.95
	Яблоко	150	180	70.74	84.88
полдник					
ужин	Ленивые вареники	165/5	175/5	403.21	427.65
	Чай молочный	150	180	35.83	43.0
	Конфета	20	20	85.40	85.40

Итого калорийность:

1622.4 / 1818.8.