

д/сад «Северок»

МЕНЮ на «12» 12

Руководитель
2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	25/5	43.69	104.86
	Хлеб сладочный	180	200	201.60	224.09
	Яичница с маслом				
	Фрукт-й напиток	150	180	115.00	138.00
	с маслом				
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	45.00	45.00
обед	Рассольник со сметаной	180/6	200/8	128.37	142.64
	Картофельное пюре	120	130	123.06	134.29
	Жюльетта рыбная. Соус	60/20	40/30	94.32/12.95	113.54/19.43
	С-тиз свежих овощей	50	60	49.50	59.40
	Кисель ягодный	150	180	84.56	105.00
	Хлеб пшеничный	25	30	58.40	70.08
	Хлеб ржаной	10	25	23.20	58.00
полдник	Йогурт	115	115	126.50	126.50
ужин	Пельмени в бульоне	160/5	200/5	376.84	471.05
	с маслом				
	Чай лавандовый	150	180	35.83	43.00
	Конфеты	20	20	85.40	85.40

Итого калорийность:

1640.22 / 1940.28