

д/сад «Северок»

Утверждаю:

Руководитель:

МЕНЮ на «13» 03 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Энерг. ценн . (ккал.)
завтрак	Бутерброд с маслом	25/5	110,66
	Каша овсяная с гречкой	200	212,52
	Какао с молоком	180	131,04
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	48,02
обед	Овощ сал. Щи на курице со смет. Рыбки с маслом	30/200	494/106,57
	Бер-строганов из печени	150	205,65
	Ж-т яодный	40	166,15
	Желб пшеничный	180	73,40
	Желб ржаной	50	117,20
полдник	"Ряженка"	25	48,40
ужин	Овощи дащенные	160	125,51
	Салат из кукурузы	150	200,83
	Чай с лимоном. Маринад	40	27,02
	Желб	180/15	60,15/62,50
		30	58,44

Итого калорийность: 1759,30

д/сад «Северок»

Утверждаю:

Руководитель:

МЕНЮ на «13» 03 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Энерг. ценн . (ккал.)
завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	88,96
	Каша овсяная с гречкой	180	191,27
	Какао с молоком	150	109,20
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	48,02
обед	Овощ сал. Щи на курице со смет. Рыбки с маслом	30/180	494/95,92
	Бер-строганов из печени	120	164,52
	Ж-т яодный	60	142/41
	Желб пшеничный	150	61,14
	Желб ржаной	25	58,60
полдник	"Ряженка"	30	58,44
ужин	Овощи дащенные	140	109,82
	Салат из кукурузы	130	144,05
	Чай с лимоном, Маринад	65	25,09
	Желб	150/15	59,2/62,50
		25	58,60

Итого калорийность: 1503,63