

д/сад «Северок»



Утверждаю:

Руководитель

МЕНЮ НА «19» 03 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции		Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом, сыром	20/5/8	25/5/10	108.00	135.00
	Каша молочная	180	200	213.21	236.90
	пишканы				
	Желе с малиной	150	180	131.04	145.60
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	45.00	45.00
ОБЕД	Борщ на курице со сметаной	180	200	48.92	87.69
	Рис с мясом	120/5	130/5	197.80	214.30
	Рыба, тушеная с овощами	40	80	64.40	92.00
	Ж-т фруктово-ягодный	150	180	69.41	83.30
	Желе творожное	25	45	58.60	117.20
	Желе яблочное	25	30	40.58	48.70
ПОЛДНИК	Яблоко	150	150	40.44	40.44
УЖИН	Овощное рагу	200	220	217.27	239.00
	Чай с сахаром	150	180	50.12	60.15
	Варенье	30	30	104.00	104.00
	Желе	25	30	48.40	58.44

Итого калорийность: 1497.80 / 1738.02