

Утверждаю:

Руководитель

2025г.

МЕНЮ на «19» 11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг. ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/8	20/5/10	108.00	135.00
	Йогурт натуральный	40	40	157.00	157.00
	С-т из свежих овощей	50	60	49.50	59.40
	Желе с маслом	150	180	111.70	134.04
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	46.00	46.00
обед	Суп-салатика со сметаной	180/6	200/8	162.54	180.60
	Ленивые голубцы с мясом	180	200	288.87	320.97
	Ж-т фрукт-ягодный	150	180	61.16	73.40
	Хлеб пшеничный	25	35	58.40	81.76
	Хлеб ржаной	15	30	34.80	69.60
	Апельсин	150	160	80.74	86.12
полдник	Желе молочное	180	200	206.39	229.33
ужин	«дружба» Хлеб	25	30	58.40	70.08
	Чай травяной	150	180	35.83	43.00
	Маршмэллоу	15	30	62.50	125.00

Итого калорийность: 1521.83/1811.30