

Утверждаю:
Руководитель
2025г. «Северок»

МЕНЮ на « »

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с маслом	20/12	25/15	101.25	126.56
	Суп мясной	180	200	186.21	206.90
	Пшеничный с маслом				
	Чай полусладкий	150	180	35.83	43.00
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	46.00	46.00
обед	Салат из свежих огурцов	40	60	39.60	59.40
	Суп гороховый со сметаной	180/6	200/8	121.23	134.70
	Пюре картофельное с маслом	120/5	130/5	198.32	214.85
	Грибы маринованные	60	70	174.37	206.94
	Х-т фрукт-ягодный	150	180	69.41	82.80
	Хлеб пшеничный	20	30	46.72	40.08
	Хлеб ржаной	15	35	34.80	81.20
	Банан	120	150	74.63	86.12
полдник	Суп с рыбными консервами	180	200	168.30	187.00
ужин	Хлеб пшеничный	25	30	58.40	40.08
	Чай. Печенье	150/20	180/20	35.83/86.00	43.00/86.00

Итого калорийность: 1479.90 / 1445.13