

д/сад «Северок»

Утверждаю:

Руководитель _____

МЕНЮ на «28» 07 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с творогом	20/12	25/15	101.25	126.56
	Каши молочные	180	200	229.33	206.39
	Кукурузная				
	Чай молочный	150	180	35.83	43.00
10-00 ч.	Сок	100	100	48.0	48.0
обед	Суп гречневый на курице	180	200	112.68	125.20
	Пюре картофельное	180	220	364.43	445.42
	Пюре соевое	25	30	4.36	5.24
	К-т из фруктов	150	180	73.3	88.0
	Хлеб пшеничный	25	30	58.40	70.08
	Хлеб ржаной	20	20	46.40	46.40
полдник	Йогурт	95	95	100	100
ужин	Рис с овощами	120/60	130/80	176.46/54	191.49/160
	Хлеб	20	30	46.72	70.08
	Чай молочный	150	180	35.83	43.0
	Маришвар	30	30	125	125

Итого калорийность:

1615.29 / 1809.8