

д/сад «Северок»

Руководитель

Утверждаю:

МЕНЮ на «19» 10

2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	120/5/8	25/5/10	108.0	135.0
	Каша молочная манная	180	200	188.42	209.36
	Кефир и напиток с медом	150	180	115.0	138.0
10-00 ч.	Сок	100	100	46.0	46.0
обед	Суп гороховый	180	200	167.40	186.0
	Гречка с маслом	120/5	130/5	215.07	233.0
	Котлета из мяса птицы в соусе	60/20	70/30	99.43/12.95	116.9/19.43
	Омлет соевый	25	30	4.36	5.24
	К-т из индейки	150	180	75.83	91.0
	Хлеб пшеничный	30	35	40.08	81.76
	Хлеб ржаной	25	30	58.0	69.60
полдник	Творожок "Тампа"	100	100	111.0	111.0
ужин	Суп куриный с вермишелью	180	200	142.2	158.0
	Чай и печенье	150	180	35.83	43.0
	Конфета	20	20	85.40	85.40
	Хлеб	25	30	58.40	70.08

Итого калорийность:

1593,38 / 1498,17