

д/сад «Северок»

Руководитель

Утверждаю:

МЕНЮ на «10» 10 2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Хлеб с мажаркой	20/15	25/20	127.61	164.07
	Суп мясной	180	200	188.21	206.90
	рисовой				
	Чай	150	180	35.83	43.0
10-00 ч.	Сок фруктовый	100	100	46.0	46.0
обед	Суп мясной с мажаркой	180	200	143.0	158.95
	Мясо по-домашнему	180	200	266.0	296.0
	Пюре картофельное	30	30	4.94	4.94
	Каша гречневая	150	180	87.50	105.0
	Хлеб мясной	25	35	58.40	81.76
	Хлеб ржаной	20	30	46.40	69.90
	«Сметан»	100	150	83.0	124.50
полдник	Меню вареники	165/5	175/5	403.21	424.65
ужин	Чай с мажаркой	150	180	35.83	43.0

Итого калорийность:

1523,93 / 1774,64