

МЕНЮ 4

«13» марта 2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий МБДОУ №10 «Светлячок»

И.А.Рогова



Наименование блюда	Масса порций в зависимости от возраста детей(грамм)	ккал	Масса порций в зависимости от возраста детей(грамм)	ккал
ЗАВТРАК	от 3х до 7 л		От 1 до 3 л	
1.Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	223,41	140/3	173,76
2.Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
3.Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	30/5/10	119,80	25/5/10	106,70
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок	180	76,00	125	52,77
ОБЕД				
1.Салат из зеленого горошка к/с	50	41,80	30	25,08
2. Суп картофельный с пшённой крупой	180	61,74	150	51,45
3.Птица тушеная в соусе с овощами	200	264,00	150	198,00
4.Напиток из сухофруктов	180	68,18	150	73,33
5.Хлеб ржаной/пшеничный	25/45	89,10/58,75	35/-	69,30/-
ПОЛДНИК				
1. Кефир с сахаром	180/3	102	150/2	76,00
УЖИН				
1.Омлет натуральный	150	289,66	130	251,03
2. Чай с сахаром	180/6	24,10	150/5	20,08
3. Хлеб пшеничный	30	70,50	25	58,75
Итого:		1531,71 ккал		1205,9 3 ккал