

МЕНЮ 9

«20» марта 2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий МБДОУ №10 «Светлячок»
И.А.РоговаМасса порций
в зависимости
от возраста
детей(грамм)

ккал

Масса
порций в
зависимост
и от
возраста
детей(грам
м)

ккал

Наименование блюда

от 3х до 7
лОт 1 до
3 л**ЗАВТРАК**1.Каша пшеничная молочная с маслом
слив.

180/3

241,16

140/3

191,96

2.Чай с молоком и сахаром

180/6

72,70

170/6

72,70

3.Бутерброд с маслом сливочным

30/5

111,60

25/5

98,50

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Фрукты свежие

100

47,00

100

47,00

ОБЕД

1. Салат из квашеной капусты

50

42,85

30

25,71

2.Суп лапша домашняя на курином б-не,
с мясом птицы

180/10

114,78

150/10

95,65

3.Жаркое из отварной птицы по-
домашнему

180

303,43

150

252,86

4. Напиток из сухофруктов

180

68,18

150

73,33

6.Хлеб ржаной

45

89,10

35

69,30

7. Хлеб пшеничный

25

58,75

-

-

ПОЛДНИК

1.Кисломолочный напиток(катык)

180

91,80

150

76,00

УЖИН

1. Ватрушка королевская

150

404

130

350,13

2.Чай с сахаром и лимоном

180/6/7

26,48

150/5/5

21,78

Итого:**1671,83****ккал****1374,92****ккал**