

МЕНЮ 5

«28» 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

от 3х до 7 л

От 1 до 3 л

ЗАВТРАК

1. Суп молочный с вермишелью

200

120,00

180

64,08

2. Какао с молоком

180

58,83

150/5

48,86

3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным

30/10/5

146,10

25/10/5

132,83

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Фрукты свежие(яблоки)

100

47,00

100

47,00

ОБЕД

1. Винегрет овощной

60

75,06

40

50,04

2. Суп из овощей с мясными
фрикадельками со сметаной

180/10/7

106,12

150/10/5

84,86

3. Котлеты рубленые из говядины

70

211,06

50

150,76

4. Каша гречневая рассыпчатая с овощами
с маслом сливочным

130/2

141,96

110/2

116,60

4. Компот из свежих яблок

180

55,26

150

46,05

5. Хлеб ржаной, пшеничный

42/25

89,10/
58,75

40/-

79,20

ПОЛДНИК

1. Катык

180

91,80

150

76,00

2. Мармелад

10

83,00

10

83,00

УЖИН

1. Элеш с птицей

100

245,00

75

183,75

2. Чай с сахаром и лимоном

180/6/7

26,48

150/5/5

21,78

Итого:

1555,52

ккал

1228,73

ккал