



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий детского сада № 23 «Малыш»

Карасева О.С.

**МЕНЮ - 7**

На 18 марта 2025 г.

Завтрак

1.	Каша ячневая молочная с маслом слив.	140/3	173,76	180/3	223,41
2.	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
3.	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	25/10/5	132,83	30/10/5	146,10

II Завтрак

1.	Фрукты свежие	100	47,00	100	47,00
----	---------------	-----	-------	-----	-------

Обед

1.	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
2.	Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки.	150	86,55	180	120,08
3.	Гуляш из отварной индейки	30/30	102,23	40/40	136,31
4.	Пюре из бобовых и картофеля с маслом слив.	120/3	150,60	140/3	172,40
5.	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,26
6.	Хлеб ржаной (ясли,сад)	35	69,30	45	89,10
	Хлеб пшеничный (сад)			25	58,75

Полдник

1	Кефир	150	75,00	180	90,00
2	Пряник	35	26,25	35	128,1

Ужин

1.	Рыба тушеная с овощами	40/20	63,00	40/20	63,00
2.	Рис отварной рассып.с маслом слив.	110/2	162,47	130/20	192,01
2.	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
	Итого за 7 день			Итого за	
	1338,91 (ккал)			7 день	1647,01 (ккал)