

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ на 21 октября 2025 год

Завтрак

1. Каша полбяная молочная с маслом сливочным 180/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочный 30/5/5

Завтрак № 2 10.00

1. Сок 180

Обед

1. Салат из картофеля с соленым огурцом 60
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 180/10/7
3. Тефтели куриные в сметано-томатном соусе 40/20
4. Макаaronные изделия отварные с маслом сливочным 130/3
5. Компот из свежих фруктов 180
6. Хлеб ржаной 25/45

Полдник

1. Молоко кипяченое 180
2. Кондитерское изделие 20

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 120/30
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
52,68	59,59	238,71	1740,36

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ 21 октября 2025 год

Завтрак

1. Каша полбяная молочная с маслом сливочным 140/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочный 25/10/5

Завтрак № 2 10.00

1. Сок 125

Обед

1. Салат из картофеля с соленым огурцом 40
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 150/7
3. Тефтели куриные в сметано-томатном соусе 40/20
4. Макаaronные изделия отварные с маслом сливочным 110/3
5. Компот из свежих фруктов 150
6. Хлеб пшеничный, ржаной 25/35

Полдник

1. Молоко кипяченое 150
2. Кондитерское изделие 20

Ужин

1. Запеканка творожная с повидлом 100/30
2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
44,33	51,58	202,46	1453,79