

Заведующей

Кислова Н.В.

10 Июля 2025г.

Меню

Наименование блюд	Вес, гр./Калорийность, Ккал.	
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК		
-Омлет натуральный	160/215	160/215
-Икра кабачковая (промышленного производ	30/36	60/71
--Чай с лимоном	180/25	200/29
-Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9/115	25/5/13/141
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок До 3-Х Лет	100/43	
Соки		125/54
ОБЕД		
-Салат из свеклы с чесноком	40/43	60/69
-Щи из свежей капусты с картофелем со см	155/8/92	206/10/122
-Гуляш	30/30/147	40/40/196
-Каша рассыпчатая	110/184	185/312
-Компот из сухофруктов	170/85	200/97
Хлеб пшеничный	20/47	30/60
Хлеб ржаной	40/78	50/97
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК		
Кондитерские изделия (вафли, печенье, пр	13/46	42/147
-Молоко кипяченое	180/89	200/89
УЖИН		
-Овощи натуральные соленые или свежие	40/9	60/12
-Тефтели рыбные	60/130	70/155
-Картофель отварной	120/124	130/132
-Фрукты свежие 80/80	80/30	80/30
-Кофейный напиток с молоком	180/71	200/81
Хлеб пшеничный	20/47	25/59

Итого калорийность: 1654.43 2168.63