

МБДОУ № 206"

Утверждаю:

Заведующая

Холодкова В.А.

Меню

14 Марта 2025г.

Ясли

Выход блюд

Наименование блюд

Вес,гр.

Калор,кк.

ЗАВТРАК

24-Каша "Дружба"

130

134.53

24-Кофейный напиток с молоком (или
сгущенным молоком)

180

75.46

24:-Бутерброд с маслом и сыром

30/5/9

138.88

10 ЧАСОВ

Сок До 3-Х Лет

180

100.26

ОБЕД

24:-Салат из моркови с зеленым
горошком (или кукурузой)

30

43.85

24.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом

180

108.80

24-Гренки из пшеничного хлеба

15

65.63

24-Рыба по-польски

60

80.51

24-Рис отварной с овощами

110

149.31

24.-Компот из сухофруктов (кураги и
изюма)

180

43.81

Хлеб ржаной

40

77.92

ПОЛДНИК

24.-Молоко кипяченое

180

106.56

24-Сушка на сметане

50

196.01

УЖИН

24.-Рагу из овощей с мясом

150

201.24

24-Чай с сахаром

180

20.04

24-Плоды свежие

95

40.66

Хлеб пшеничный

20

46.88

МБДОУ № 206"

Утверждаю:

Заведующая

Холодкова В.А.

Меню

14 Марта 2025г.

Д/с

Выход блюд

Наименование блюд

Вес,гр.

Калор,кк.

ЗАВТРАК

24-Каша "Дружба"

200

205.29

24-Кофейный напиток с молоком (или
сгущенным молоком)

200

80.47

24:-Бутерброд с маслом и сыром

35/5/13

161.39

10 ЧАСОВ

Соки

180

100.26

ОБЕД

24:-Салат из моркови с зеленым
горошком (или кукурузой)

60

70.30

24.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом

200

119.02

24-Гренки из пшеничного хлеба

25

109.04

24-Рыба по-польски

70

98.43

24-Рис отварной с овощами

150

199.10

24.-Компот из сухофруктов (кураги и
изюма)

200

52.57

Хлеб ржаной

50

101.63

ПОЛДНИК

24.-Молоко кипяченое

200

115.69

24-Сушка на сметане

60

233.70

УЖИН

24.-Рагу из овощей с мясом

200

270.56

24-Чай с сахаром

200

24.05

24-Напиток с витаминами "Витошка" для
детей

250

24-Плоды свежие

100

42.80