

МБДОУ № 206"

Утверждаю:

Заведующая

Холодкова В.А.

Ясли

17 Марта 2025г.

Меню

Выход блюд

Наименование блюд

Вес, гр.

Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Каша пшеничная молочная жидкая

130

127.78

24-Кофейный напиток с молоком (или
сгущенным молоком)

180

75.46

24.-Бутерброд с маслом

35/6

125.53

10 ЧАСОВ

24.-Плоды свежие 100/100

100

42.80

ОБЕД

24-Овощи натуральные соленые или свежие

40

8.40

24-Суп картофельный с клецками с мясом

180

117.73

24-Гуляш

60

176.50

24-Каша гречневая рассыпчатая

110

182.53

24-Кисель из ягод свежемороженых

180

60.36

Хлеб пшеничный

15

35.16

Хлеб ржаной

20

38.96

ПОЛДНИК

24.-Молоко кипяченое

180

106.56

24.-Кондитерские изделия

30

128.10

УЖИН

24-Сельдь с луком репчатым

60

108.94

24-Картофель отварной

120

120.44

Сок До 3-Х Лет

180

100.26

Хлеб пшеничный

20

46.88

Хлеб ржаной

20

38.96

Итого калорийность: 1641.35 Ккал.

МБДОУ № 206"

Утверждаю:

Заведующая

Холодкова В.А.

Меню

17 Марта 2025г.

Д/с

Выход блюд

Наименование блюд

Вес, гр.

Калор, кк.

ЗАВТРАК

24-Каша пшеничная молочная жидкая

200

196.99

24-Кофейный напиток с молоком (или
сгущенным молоком)

200

80.47

24.-Бутерброд с маслом

45/6

150.60

10 ЧАСОВ

24.-Плоды свежие 100/100

100

42.80

ОБЕД

24-Овощи натуральные соленые или свежие

50

10.97

24-Суп картофельный с клецками с мясом

200

127.36

24-Гуляш

70

208.28

24-Каша гречневая рассыпчатая

150

251.74

24-Кисель из ягод свежемороженых

200

74.00

Хлеб пшеничный

20

46.88

Хлеб ржаной

25

48.70

ПОЛДНИК

24.-Молоко кипяченое

200

122.35

24.-Кондитерские изделия

55

234.85

УЖИН

24-Сельдь с луком репчатым

70

130.30

24-Картофель отварной

150

149.13

Соки

180

100.26

Хлеб пшеничный

25

49.81

Хлеб ржаной

30

68.18

Итого калорийность: 2093.67 Ккал.