

МАДОУ № 75

Утверждаю:

Руководитель учреждения  Хамицевич О.С.

Меню

21 Марта 2025г.

Детсад

Наименование блюд		Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.	
ЗАВТРАК			
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	200.94	
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12	
25-Хлеб пшеничный	40	93.76	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
25-.Молоко кипяченое 100/130	130	74.00	
ОБЕД			
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок	60	105.27	
25-.Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	121.05	
25-Гренки из пшеничного хлеба	25	110.17	
25-Гуляш (из птицы)	70	213.10	
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	165.52	
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	63.63	
25-Хлеб ржаной	25	48.70	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК			
25-Компот из ягод замороженных	200	32.48	
25-Песочник (печенье песочное)	50	217.28	
УЖИН			
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.45	
25-Тефтели рыбные	70	151.09	
25-Картофельное пюре	150	137.76	
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	86.60	
25-Плоды свежие	100	44.40	
25-Хлеб пшеничный	25	58.60	
25-Хлеб ржаной	25	48.70	

Итого калорийность: 2044.62 Ккал.