

Меню «04» июля 2025 (10день)

Завтрак:

Детские ясли			Детский сад	
Энергетическая ценность, ккал	Выход блюд до 3-х лет	Наименование блюда	Выход блюд от 3-х до 7-ми	Энергетическая ценность, ккал
160	25/10	Бутерброд с маслом	25/10	160
130	150/5	Каша молочная пшённая с маслом	200/5	164
69	150	Чай с молоком	180	81

2-ой Завтрак:

Энергетическая ценность, ккал	Выход блюд до 3-х лет	Наименование блюда	Выход блюд от 3-х до 7-ми	Энергетическая ценность, ккал
90	130/10	Ряженка с сахарным сиропом	130/10	90

Обед:

Энергетическая ценность, ккал	Выход блюд до 3-х лет	Наименование блюда	Выход блюд от 3-х до 7-ми	Энергетическая ценность, ккал
59	150	Суп картофельный с клёцками	200	96
151	60/30	Тефтели мясные	80/30	200
195	120	Каша гречневая рассыпчатая	120	244
76	150	Сок фруктовый	150	76
75	35	Хлеб ржаной	45	97

Уплотнённый полдник:

Энергетическая ценность, ккал	Выход блюд до 3-х лет	Наименование блюда	Выход блюд от 3-х до 7-ми	Энергетическая ценность, ккал
93	60	Суфле из рыбы	80	124
110	120	Пюре картофельное	120	137
69	150	Чай с сахаром	150	69
8	30	Огурец свежий	30	8
70	25	Батон	25	70
58	100	Яблоко	100	58

Рекомендации здорового питания: Омлет с сыром,какао.

Заведующий
Кладовщик




Т.Н.Кузьмина
О.В.Куркина