

10

МЕНЮ

июня

20 25 _г.

Наименование блюда	Выход блюда, г	Калорийность порции, Ккал
--------------------	-------------------	---------------------------------

<u>Завтрак</u>	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	200	407
<u>ак</u>	Бутерброд с маслом и сыром	45	
	Какао с молоком	200	
<u>2 завтрак</u>	Йогурт	130	128
	печенье	20	
<u>Обед</u>	Свекла отварная с растительным маслом	60	664
	Суп картофельный с перловой крупой со сметаной	200	
	Бефстроганов	70	
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	
Вит. С	Компот из свежих фруктов	200	
	хлеб	80	
<u>Полд</u>	Сырники из творога	160	572
	Соус молочный (сладкий)	60	
	хлеб	20	
	чай с сахаром	200	
	яблоко	68	
	сок	200	

Рекомендации
на
вечер:

Напиток. Булочка

Врач МДОУ

"Детский сад компенсирующего вида № 146"

Г.М. Мальцева

10

МЕНЮ

июня

20 25 _г.

Наименование блюда	Выход блюда, г		Калорийность порции, Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад

<u>Завтрак</u>	Каша гречневая рассыпчатая с молоком	130	200	317	407
<u>ак</u>	Бутерброд с маслом и сыром	40	45		
	Какао с молоком	180	200		
<u>2 завтрак</u>	Йогурт	110	130	99	128
	печенье	18	20		
<u>Обед</u>	Свекла отварная с растительным маслом	40	60	516	664
	Суп картофельный с перловой крупой со сметаной	150	200		
	Бефстроганов	50	70		
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130		
Вит. С	Компот из свежих фруктов	150	200		
	хлеб	60	80		
<u>Полд</u>	Сырники из творога	110	160	445	572
	Соус молочный (сладкий)	40	60		
	хлеб	10	20		
	чай с сахаром	150	200		
	яблоко	65	68		
	сок	200	200		

Рекомендации
на
вечер:

Напиток. Булочка

Врач МДОУ

"Детский сад компенсирующего вида № 146"

Г.М. Мальцева