

МБДОУ "Детский сад № 16"

Утверждаю:

Заведующая

Вискунова А.Н.

Меню

30 Апреля 2025г

Наименование блюд	Вес, гр.	Калор, Кк
	Ясли	Детсад
ЗАВТРАК	294/355	368/457
Горошек зеленый	30/26	40/35
Омлет запеченный или паровой	80/205	100/255
Хлеб с сыром	20/14/95	30/18/13
Чай	150/29	180/31
10 ЧАСОВ	101/44	143/63
Яблоки	55/24	62/28
Сок	46/20	81/35
ОБЕД	543/393	707/507
Салат из отварной свеклы с м	40/34	60/44
Суп из овощей со сметаной	150/57	200/98
Биточки (котлеты) рыбные	40/56	60/76
Каша рисовая рассыпчатая	100/117	120/135
Соус молочный (для подачи к	30/21	50/34
Компот из кураги и изюма	150/41	180/46
Хлеб пшеничный	15/35	17/39
Хлеб ржаной	18/31	20/34
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	131/140	154/181
Батон нарезной	20/52	31/81
Молоко кипяченое	100/59	110/65
Повидло	11/29	13/35

Итого калорийность: 932.43 1208.37