

МБДОУ "Детский сад 103"

Утверждаю:

Заведующий _____ Кориюкина Е.Н

Меню

1 Апреля 2025г.

Детсад

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная с мас	200	175.42
Кофейный напиток	200	37.57
Батон нарезной	40	104.68
Масло сливочное	5	33.05
10 ЧАСОВ		
Сок до 3-х лет/Сок	100	42.40
ОБЕД		
Суп картофельный с мясом с	200	184.54
Зразы мясные с яйцом	75	213.11
Соус томатный	30	38.36
Капуста тушеная	150	86.81
Компот из сухофруктов	200	33.08
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Напиток кисломолочный	180	101.52
Фрукты	100	44.40
УЖИН		
Салат из тушёной моркови	60	39.55
Рыба под омлетом	130	235.40
Чай с молоком	200	75.39
Хлеб пшеничный	40	93.76

Итого калорийность: 1636.44 Ккал.

МБДОУ "Детский сад 103"

Утверждаю:

Заведующий _____ Кориюкина Е.Н

Меню

1 Апреля 2025г.

Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша ячневая молочная с мас	150	144.09
Кофейный напиток	160	32.52
Батон нарезной	40	104.68
Масло сливочное	5	33.05
10 ЧАСОВ		
Сок до 3-х лет/Сок	100	42.40
ОБЕД		
Суп картофельный с мясом с	150	153.20
Зразы мясные с яйцом	60	197.50
Соус томатный	30	38.36
Капуста тушеная	120	67.55
Компот из сухофруктов	150	24.81
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Напиток кисломолочный	150	84.60
Фрукты	95	42.18
УЖИН		
Суфле рыбное	60	186.59
Морковь тушёная с зелёным г	110	60.20
Чай с молоком	180	50.81
Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 1399.06 Ккал.