

Заведующий \_\_\_\_\_ Калинина Ю.В.

10 Марта 2025г.

# Меню

| Наименование блюд                                     | Вес, гр./Калорийность, Ккал. |                |
|-------------------------------------------------------|------------------------------|----------------|
|                                                       | Ясли                         | Д/с            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                        | <b>376/404</b>               | <b>471/538</b> |
| 24-Суп молочный с макаронными изделиями               | 130/118                      | 200/189        |
| 24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком) | 180/136                      | 200/147        |
| 24-Яйцо отварное                                      | 40/63                        | 40/63          |
| 24.-Бутерброд с маслом                                | 20/6/86                      | 25/6/140       |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                       | <b>180/101</b>               | <b>180/97</b>  |
| Сок фруктовый 0,2                                     | 180/101                      |                |
| Сок фруктовый (овощной)                               |                              | 180/97         |
| <b>ОБЕД</b>                                           | <b>565/559</b>               | <b>675/913</b> |
| 24-Овощи натуральные соленые или свежие               | 40/8                         | 50/11          |
| 24-Суп - уха с рыбой                                  | 180/160                      | 180/217        |
| 24-Плов с мясом                                       | 130/262                      | 200/453        |
| 24-Кисель из ягод свежемороженых                      | 180/56                       | 200/69         |
| Хлеб пшеничный                                        | 15/35                        | 20/47          |
| Хлеб ржаной                                           | 20/39                        | 25/116         |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                        | <b>230/107</b>               | <b>270/98</b>  |
| 24.-Молоко кипяченое 180/200                          | 180/107                      | 200/98         |
| Кондитерские изделия                                  | 50/0                         | 70/0           |
| <b>УЖИН</b>                                           | <b>410/353</b>               | <b>465/424</b> |
| 24-Винегрет овощной                                   | 40/52                        | 60/67          |
| 24-Омлет натуральный                                  | 150/195                      | 150/197        |
| 24-Чай с сахаром                                      | 180/20                       | 200/24         |
| Хлеб пшеничный                                        | 20/47                        | 30/88          |
| Хлеб ржаной                                           | 20/39                        | 25/49          |

**Итого калорийность: 1524.66 2070.93**