

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВ. МДОАУ № 59

ШУЛЬЦ Н.М

МЕНЮ ДОШКОЛЬНИКИ (3-7 ЛЕТ) НА 18.04.2025 Г.

Название блюда	Масса г.	Калорийность/ ккал
Неделя 3 Пятница (3-7 лет)		
<u>Завтрак</u>		
Вермишель молочная (200гр)	200	199,4
Чай на молоке (180гр)	180	112,9
Хлеб пшеничный	20	46,9
<u>Второй завтрак</u>		
Сок фруктовый	200	86,6
<u>Обед</u>		
Салат «Зимний» (60гр)	60	50,2
Суп с бобовыми (горох) и гренками (200/30гр)	230	178,8
Рыба запеченная с картофелем (220гр)	220	226,7
Компот из сухофруктов (180гр)	180	61,8
Хлеб ржаной	50	97,8
<u>Полдник</u>		
Батон с маслом и сыром (50/10/10гр)	70	232,8
Чай с лимоном и сахаром (180гр)	180	30,7
<u>Ужин</u>		
Сложный гарнир (картофель и капуста) (220гр)	220	180
Кисель витаминизированный (200гр)	200	68,4
Кондитерские изделия (пряники)	30	109,8
Хлеб ржаной	40	78,2
Итого за день	2080	1761