

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Д/с №39»
_____ Л. К. Черных

24 марта 2025 г.

Меню

Наименование блюд	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал.)	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>Завтрак</u>				
Яйцо	40	40	63	63
Хлеб с сыром	20/7,5	20/10	74,2	83,2
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	130/5	150/5	94,9	109,1
Какао на молоке	150	180	85,3	96
<u>2 завтрак</u>				
Сок фруктовый	100	100	56	56
<u>Обед</u>				
Салат из зеленого горошка с раст.маслом	50	60	41,3	50,16
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	200	62,6	83,8
Цыплята отварные	64	70	109,5	128,9
Рагу овощное	120	150	102,2	158
Компот из сухофруктов	150	180	77,6	98
Хлеб ржаной	30	50	54	90,2
Хлеб пшеничный	30	20	70,8	52,4
<u>Полдник</u>				
Булочка молочная	35	50	92,4	132
Кисломолочный продукт	150	180	75	90
<u>Ужин</u>				
Салат из свеклы с растительным маслом	50	60	39	46,8
Фрикадельки рыбные в сметанном соусе	60/15	80/30	68	125,23
Картофельное пюре	110	130	110	119
Хлеб пшеничный	15	50	39,3	25,8
Чай с сахаром		180		29
Чай с молоком	150		73,3	
Яблоко	100	100	42	42
ВСЕГО			1430,4	1779