

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

27 марта 2025 г.

Меню

Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал.)	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>Завтрак</u>				
Хлеб , сыр	15/7,5	30/15	62,5	121,8
Каша ячневая вязкая молочная с маслом	130/5	200/5	98	169
Кофейный напиток с молоком	150	180	66,3	80
<u>2 завтрак</u>				
Сок яблочный	100	100	44	44
<u>Обед</u>				
Сельдь с луком	30/15	30/30	57	70,8
Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне	180/8,5	200/8,5	77,1	84,6
Жаркое по-домашнему	60/110	110/60	205	205
Компот из изюма	150	180	77,6	98
Хлеб ржаной	20	50	36,2	90,2
Хлеб пшеничный	20	30	52,4	78,6
<u>Полдник</u>				
Пирожки с морковью	50	60	119,61	143,53
Молоко	150	180	85	102
<u>Ужин</u>				
Омлет натуральный	130	150	240	276
Зеленый горошек	50	60	20	50,16
Чай с сахаром	150	180	24	29
Хлеб пшеничный	15	20	39,3	52,4
Апельсин	100	100	42	106,8
ВСЕГО			1346,01	1757,89