

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ: *Масина*
 Н.Я.Костенко
 01. 2025 г.



МЕНЮ

на «15» Января 2025г.

МБДОУ № 37 «Дюймовочка» с. Многоудобное

Прием пищи	Младшая - Старшая группа (3-7 лет)	
	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность (ккал.)
ЗАВТРАК		
1. Каша пшеничная малоз., пшеница	180	250
2. Коф. н. ма малоз.	180	83,7
3. Бутерброд с маслом, сыр	30/5/6	129,02
Всего за завтрак (к/кал.)		462,72
2-й завтрак		
1. Сок апельсиновый	180	62,4
Всего за 2 завтрак (к/кал.)		
Обед		
1. Салат из свеклы с раст. маслом.	40	42
2. Суп - лапша домашняя	180	77
3. Рыба тушен. в томате с овощами.	120	173
4. Картофель пюре.	120	109
5. Чай травяной	38	81,32
Хлеб пшеничный	30	68,10
Всего за обед (к/кал.)		550,42
Полдник		
1. Ватрушка с творогом.	70	191
2. Йогурт.	180	104
Всего за полдник (к/кал.)		295
Всего за день (к/кал.)		1308,14

Старшая м/сестра

Масина