



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ: *Менделеев*



Н. Я. Костенко
2025 г.

МЕНЮ

на «11» марта 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 молочная, медовая.	180	216,9
2. Какао с молоком	180	83,7
3. Фруктовый салат	307	130,58
Всего за завтрак (к/кал.)		431,18
2-й завтрак		
1. Яблоки свежие	100	49,3
Всего за 2 завтрак (к/кал.)		
Обед		
1. Салат из свежих огурцов.	410	22
2. Борщ с капустой и картофелем.	180	79
3. Биточки рыбные, соус, каша пшеничная рассыпчатая	75/30	168/21
4. Компот из фруктов.	180	99
5. Хлеб ржаной	38	81,32
Хлеб пшеничный	20	45,40
Всего за обед (к/кал.)		649,72
Полдник		
1. Яблоко вареное	50	80
2. Чай с сахаром	180	25
3. Хлеб пшеничный	20	45,40
Всего за полдник (к/кал.)		150,4
Всего за день (к/кал.)		1231,3

Старшая м/сестра

Жабу