



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ: Жасны  
 Н.Я.Костенко  
 2025 г.



# МЕНЮ

на «21» марта 2025г.

МБДОУ № 37 «Дюймовочка» с. Многоудобное

Прием пищи	Младшая - Старшая группа (3-7 лет)	
	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность (ккал.)
<b>ЗАВТРАК</b>		
1. Каша рисовая молоч. жид.	180	215
2. Кефир н. на молоке	180	83,7
3. Бутерброд с маслом, сыр	30/5/6	129,02
Всего за завтрак (к/кал.)		427,72
<b>2-й завтрак</b>		
1. Сок апельсиновый		
Всего за 2 завтрак (к/кал.)		
<b>Обед</b>		
1. Соус к картош. с зм. горош.	40	58
2. Суп рыбный	180	108
3. Котлета м.с., соус капуста тушёная	70/30	202
4. Каша пшенич. из перл.	180	99
5. Хлеб ржаной	38	81,32
Хлеб пшеничный	20	45,40
Всего за обед (к/кал.)		683,72
<b>Полдник</b>		
1. Творог	40	162,40
2. Компот	20	90
3. Йогурт	180	93,6
Всего за полдник (к/кал.)		346
Всего за день (к/кал.)		1457,44

1 / Старшая м/сестра

Жасны