

Заведующий Дедух М. В.

# Меню

10 Марта 2025г.

Наименование блюда Вес, гр. Калор, Кк  
Бли Детсад

## ЗАВТРАК

25-Каша молочная с фруктами 130/132 200/201  
(или тыквой)

25-Кофейный напиток с молоком 180/61 200/66

25-Бутерброд с маслом и сыром 35/5/9/1 50/5/13/

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

25-Кисломолочный напиток 100/51 130/66  
100/130

## ОБЕД

25-Салат "Океан" (с кальмарами) 40/91 60/137

25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом 180/88 200/98

25-Птица отварная 55/178 70/225

25-Макаронные изделия отварные с овощами 110/123 150/166

25-Кисель из ягод свежемороженых 180/56 200/69

25-Хлеб пшеничный 15/35 20/47

25-Хлеб ржаной 20/39 25/49

## ПОЛДНИК

25-Компот из ягод заморожен 180/27 200/31

25-Булочка домашняя 50/205 60/247

## УЖИН

25-Кукуруза с яйцом 40/43 60/60

25-Рагу из овощей с мясом 150/183 200/247

25-Чай с лимоном 180/21 200/25

25-Плоды свежие 95/42 100/44

25-Хлеб пшеничный 20/47 25/59

25-Хлеб ржаной 20/39 25/49

Итого калорийность: 1611.79 2088.75