

Заведующий  Дедух М. В.

## Меню

21 Марта 2025г.

Наименование блюд Вес, гр./Калор, Кк  
Ясли Детсад

### ЗАВТРАК

25-Суп молочный с крупой	150/133	200/178
25-Какао с молоком	180/59	200/64
25-Яйцо отварное	40/63	40/63
25-Бутерброд с маслом	20/6/90	25/6/103

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

25-Соки овощные, фруктовые ягодные	180/78	200/87
---------------------------------------	--------	--------

### ОБЕД

25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40/69	60/105
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180/110	200/123
25-Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью)	130/2/19	150/3/22
25-Компот из сухофруктов	180/22	200/26
25-Хлеб пшеничный	15/35	20/47
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

### ПОЛДНИК

25-Кисломолочный напиток	180/92	200/102
180/200		
25-Булочка "Татарочка" с курагой	50/195	60/236

### УЖИН

25-Овощи натуральные соленые или свежие	30/6	50/10
25-Капуста, тушенная с мясом	150/209	150/209
25-Напиток из шиповника	180/53	200/63
25-Плоды свежие	95/42	100/44
25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59
25-Хлеб ржаной	20/39	25/49

Итого калорийность: 1572.88 1845.62