

Меню**31 Марта 2025г.**

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

ЗАВТРАК

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

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

25-Яйцо отварное	40/63		
------------------	-------	--	--

25-Хлеб пшеничный	20/47	40/94	
-------------------	-------	-------	--

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

25-Молоко кипяченое	100/130	100/59	130/77
---------------------	---------	--------	--------

ОБЕД

25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблоками)	40/69	60/105	
--	-------	--------	--

25 -Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/111	200/121	
--	---------	---------	--

25-Гренки из пшеничного хлеба	15/66	25/110	
-------------------------------	-------	--------	--

25-Азу	60/136	70/159	
--------	--------	--------	--

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

25-Кисель из ягод свежемороженых	180/54	200/67	
----------------------------------	--------	--------	--

25-Хлеб ржаной	20/39	25/49	
----------------	-------	-------	--

ПОЛДНИК

25-Компот из ягод заморожен	180/28	200/33	
-----------------------------	--------	--------	--

25-Песочник (печенье песочн	40/173	50/218	
-----------------------------	--------	--------	--

УЖИН

25-Овощи натуральные солен	30/6	50/10	
----------------------------	------	-------	--

или свежие			
------------	--	--	--

25-Тефтели рыбные	60/97	70/119	
-------------------	-------	--------	--

25-Картофельное пюре	120/109	150/138	
----------------------	---------	---------	--

25-Соки овощные, фруктовые ягодные	160/69	200/87	
---------------------------------------	--------	--------	--

25-Плоды свежие	95/42	100/44	
-----------------	-------	--------	--

25-Хлеб пшеничный	20/47	25/59	
-------------------	-------	-------	--

25-Хлеб ржаной	20/39	25/49	
----------------	-------	-------	--

Итого калорийность: 1569.92 1971.03