

"Согласовано"
ст.м/с МДОУ
/К.А. Федотова/

"Утверждаю"
Заведующий МДОУ №246
/Н.И. Ростова/

МЕНЮ на "10" июля 2025

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции ясли/сад, г		Калорийность порции, ккал	
		ясли	сад	ясли	сад
НЕДЕЛЯ 1 / ДЕНЬ 4 ЧЕТВЕРГ					
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	150	200	181,93	242,58
	Какао с молоком	150	200	97,55	128,04
	Бутерброд с маслом	30/5	41/6	116,6	150,48
калорийность завтрака:		343	447	396,08	521,1
2-ой ЗАВТРАК	Молоко кипяченое/ Сок фруктовый Яблочный г. Самара	100	130	53,3	58,5
калорийность 2-го завтрака:		100	130	53,3	58,5
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	41	69,6	92,8
	Хлеб ржаной	35	53	73,5	105
	Щи на м/бульоне со сметаной с зеленью	150	200	92,48	95,06
	Гречка по-купечески с мясом	180	220	283,58	351,84
	Напиток лимонный	150	200	62,1	63,7
калорийность обеда:		545	710	581,26	708,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет с сыром	100	120	175,6	227,54
	Кондитерское изделие - печенье г. Омск	18	18	92,92	92,92
	Чай	150	200	0	0
калорийность уплотненного полдника:		268	338	268,5	320,5
ИТОГО ККАЛ ЗА ДЕНЬ:		1256	1625	1299	1608
Рекомендация: на ужин рыбное блюдо с овощами на гарнир					

Шеф-повар

Т.Н. Денисова