

"Согласовано"

ст м/с МДОУ

/К.А. Федотова/

"Утверждаю"

Заведующий МДОУ №246

/Л.И. Ростова/

МЕНЮ на "15" мая 2025

Прием пищи		Наименование блюда		Масса порции ясли/сад, г		Калорийность порции, ккал	
НЕДЕЛЯ 1 / ДЕНЬ 4 ЧЕТВЕРГ						ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша молочная * манная			150	200	181,93	242,58
	Какао с молоком			150	200	97,55	128,04
	Бутерброд с маслом			30/5	40/6	116,6	150,48
калорийность завтрака:				343	446	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	39	69,6	92,8
	Хлеб ржаной			35	50	73,5	105
	Щи на м/бульоне со сметаной с зеленью			150	200	92,48	95,06
	Гречка по-купечески с мясом, икра кабачковая			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 - Вафли г. Омск			20	20	92,92	92,92
	Чай			150	200	0	0
калорийность уплотненного полдника:				270	340	268,5	320,5
ИТОГО ККАЛ ЗА ДЕНЬ:				1258	1626	1299	1608
Рекомендация: на ужин рыбное блюдо с овощами на гарнир							

Шеф-повар

Т.Н. Денисова