



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

Меню на 29.05.2025

День 4

| Наименование блюд              | Вес, гр. /Калор, Кк |                |
|--------------------------------|---------------------|----------------|
|                                | Ясли                | Детсад         |
| <b>Завтрак</b>                 | <b>390/306</b>      | <b>440/358</b> |
| Омлет натуральный              | 150/200             | 150/200        |
| Зелёный горошек или кукуруза   | 40/0                | 50/0           |
| Какао с молоком                | 180/59              | 200/64         |
| Хлеб пшеничный                 | 15/35               | 20/47          |
| <b>Второй завтрак</b>          | <b>100/59</b>       | <b>130/77</b>  |
| Кисломолочный напиток 100/130  | 100/59              | 130/77         |
| <b>Обед</b>                    | <b>625/579</b>      | <b>720/678</b> |
| Овощи натуральные солёные      | 30/6                | 50/10          |
| Суп – уха с рыбой              | 180/144             | 180/144        |
| Печень говяжья по-строгановски | 60/145              | 70/172         |
| Картофельное пюре              | 120/109             | 150/138        |
| Лимонный напиток               | 180/62              | 200/71         |
| Хлеб пшеничный                 | 15/35               | 20/47          |
| Хлеб ржаной                    | 20/39               | 25/49          |
| <b>Уплотнённый полдник</b>     | <b>210/197</b>      | <b>255/294</b> |
| Кисломолочный напиток 180/200  | 100/92              | 200/102        |
| Кондитерские изделия           | 30/105              | 55/193         |
|                                |                     |                |
| <b>Ужин</b>                    | <b>435/444</b>      | <b>515/577</b> |
| Сырники из творога             | 150/339             | 200/450        |
| Молоко сгущенное               | 10/29               | 15/44          |
| Плоды свежие                   | 95/42               | 100/44         |
| Чай с молоком                  | 180/34              | 200/39         |
|                                |                     |                |
|                                |                     |                |
| <b>Итого калорийность:</b>     | <b>1584.36</b>      | <b>1984.00</b> |