



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 151

О.А. Муслимова

Меню на 02.04.2025 День 3

| Наименование блюд                            | Вес, гр. /Калор, Кк |                 |
|----------------------------------------------|---------------------|-----------------|
|                                              | Ясли                | Детсад          |
| <b>Завтрак</b>                               | <b>359/345</b>      | <b>468/472</b>  |
| Каша молочная с фруктами (или тыквой)        | 130/132             | 200/201         |
| Кофейный напиток с молоком                   | 180/61              | 200/66          |
| Бутерброд с маслом и сыром                   | 35/5/9/1            | 50/5/13         |
|                                              |                     |                 |
| <b>Второй завтрак</b>                        | <b>100/59</b>       | <b>130/77</b>   |
| Молоко кипяченое 100/130                     | 100/59              | 130/77          |
| <b>Обед</b>                                  | <b>600/533</b>      | <b>725/695</b>  |
| Салат «Океан» с кальмарами                   | 40/91               | 60/137          |
| Борщ со свежей капустой со сметаной, с мясом | 180/88              | 200/98          |
| Птица отварная                               | 55/106              | 70/136          |
| Макаронные изделия отварные с овощами        | 110/123             | 150/166         |
| Кисель из ягод замороженных                  | 180/51              | 200/64          |
| Хлеб пшеничный                               | 15/35               | 20/47           |
| Хлеб ржаной                                  | 20/39               | 25/49           |
| <b>Уплотнённый полдник</b>                   | <b>230/233</b>      | <b>260/281</b>  |
| Компот из ягод замороженных                  | 180/28              | 200/33          |
| Булочка домашняя                             | 50/206              | 60/247          |
|                                              |                     |                 |
| <b>Ужин</b>                                  | <b>505/376</b>      | <b>610/484</b>  |
| Кукуруза с яйцом                             | 40/43               | 60/60           |
| Рагу из овощей с мясом                       | 150/183             | 200/247         |
| Чай с лимоном                                | 180/21              | 200/25          |
| Плоды свежие                                 | 95/43               | 100/48          |
| Хлеб пшеничный                               | 15/35               | 20/47           |
| Хлеб ржаной                                  | 20/39               | 25/49           |
| <b>Итого калорийность:</b>                   | <b>1546.89</b>      | <b>20008.49</b> |