

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 182

_____ И. М. Чупрова

МЕНЮ 3 день на 25. 06. 2025 г.

Наименование блюда	Выход ясли/сад	Б	Ж	У	К/к
Завтрак					
Каша молочная с фруктами	130/200	9,89	9,2	40,38	283,93
Кофейный напиток с молоком	180/200	3,5	2,73	18,11	110,98
Бутерброд с маслом с сыром	44/53	8,98	7,8	32,44	236,37
II завтрак					
Кисломолочный напиток	100/130	5,98	6,7	9,84	123,89
Обед					
Салат «Океан» (с кальмарами)	40/60	19,18	13,95	3,55	216,53
Борщ со св. капустой с мясом, сметаной	180/200	6,29	6,23	16,68	147,84
Макаронные изделия отварные с овощами	110/150	8,56	5,32	50,47	284,25
Птица отварная(голень куриная)	55/70	29,63	1,88	0,13	142,5
Кисель из ягод свежемороженных	180/200	0,25	0,17	27,13	113,02
Хлеб ржаной	20/25	2,21	0,45	20,16	94,5
Хлеб пшеничный	15/20	2,66	0,28	17,22	82,25
Полдник					
Компот из сухофруктов	180/200	0,682	0,029	27,707	113,822
Булочка домашняя	50/60	8,4	13,59	56,89	383,37
Ужин					
Кукуруза с яйцом	40/50	4,45	9,37	7,31	131,32
Рагу из овощей с мясом	150/200	17,13	19,16	22,28	308,98
Чай с лимоном	180/200	0,46	0,11	10,36	44,2
Хлеб пшеничный	20/25	3,42	0,36	22,14	105,75
Хлеб ржаной	20/25	2,21	0,45	20,16	94,5
Фрукты свежие	95/100	1,16	0,59	16,93	83,1

