

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ «детским садом
№ 3 «Семицветик»

А.И. Бабикова



МЕНЮ
на 14.03 2025 год (пятница)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Калорийность		Объем блюд	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Оладьи с повидлом	166	350	120/10	120/10
Хлеб пшеничный	37,5	84,6	30	40
Масло сливочное	63,6	37,5	5	5
Чай с сахаром и лимоном	30	45,6	150/7	200/7
10 ⁰⁰ Яблоки свежие	30,42	30,42	100	75
<u>ОБЕД</u>				
Суп крестьянский с крупой	69,9	93,2	150	200
Котлеты рыбные	164,4	219,2	60	80
Пюре картофельное	127,2	159	120	150/5
Хлеб пшеничный	106	127,2	50	50
Компот из сухофруктов	66	75,6	150	180
<u>ПОЛДНИК</u>				
Кефир	101,7	101,7	150	180
Пряники	146,4	146,4	30	40

