

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ детским садом
№ 3 «Семицветик»

А.И. Бабикова



на 19.05 2025 год (понедельник)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Калорийность		Объем блюд	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Омлет натуральный с маслом сливочным	211,3	279,9	80/5	106/5
Хлеб пшеничный	63,6	84,6	30	40
Масло сливочное	37,5	37,5	5	5
Чай с сахаром и лимоном	30	40	150/7	200/10
Сыр российский	3,9	52,9	15	-
10⁰⁰ Мандарины свежие	73,3	88	100	75
<u>ОБЕД</u>				
Щи из свежей капусты с карт. со сметаной	50,85	67,8	150/5	200/5
Тефтели из говядины с соусом	193	212	60/30	80/50
Каша гречневая рассыпчатая	249,6	312	120/5	150/5
Хлеб пшеничный	106	127,2	50	60
Кисель из свежих яблок	104,4	88,2	150	180
<u>ПОЛДНИК</u>				
Чай с молоком	68,2	91	150	200
Печенье сдобное	234,6	234,6	40	40

