

«Утверждаю»
заведующий МДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 214»

/Висюлина О.В./

МЕНЮ

на 22 июля 2025г

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Вес блюда (г)		Калорийность блюда	
		1-3 года	3-6 лет	1-3 года	3-6 лет
ЗАВТРАК	Каша гречневая с молоком	150	200	228	295
	Кофейный напиток с молоком	150	200	116	124
	Батон с маслом	20/4	30/5	80	120
2 ЗАВТРАК	Кисломолочный напиток (йогурт)	150	150	107	107
	Кондитерские изделия (печенье)	20	30	88,5	132,8
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	200	100,34	117,31
	Овощи натуральные соленные	20	30	6,3	8,4
	Гуляш из отварного мяса	60	80	124,9	174,21
	Макаронные изделия отварные	100	120	114	172
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	83,4	111,2
	Хлеб пшеничный	20	20	54,8	54,8
	Хлеб ржаной	40	50	79,39	99,24
ПОЛДНИК - УПЛОТНЕ ННЫЙ	Биточки рыбные запеченные	60	80	99,75	114
	Икра кабачковая	30	50	20,9	34,8
	Чай с сахаром и лимоном	150	200	42	55
	Батон	20	30	52,4	78,6
	Фрукты (яблоко)	115	118	71,3	79,7