

«Утверждаю»
заведующий МДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 214»
/Висюлина О.В./

МЕНЮ

на 16 июля 2025г

ЗАВТРАК	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Вес блюд (г)		Калорийность блюд	
		1-3 года	3-6 лет	1-3 года	3-6 лет
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	200	207,38	242
	Кофейный напиток на молоке	150	200	154,2	205,6
	Батон с сыром	20/5	30/10	70,1	114
	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	150	150	35	35
2 ЗАВТРАК					
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями с мясом	150	200	128	167
	Овощи натуральные солёные (огурцы)	20	30	6,3	8,4
	Голубцы ленивые	130	170	197,50	263,3
	Соус томатный с овощами	20	30	52	77
	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
	Пудинг из творога запеченный (со сгущённой)	120/15	150/20	311	377
ПОЛДНИК- УПЛОТНЕН НЫЙ	Чай с сахаром и лимоном	150	200	42	55
	Батон	20	30	52,4	78,6
	Фрукты (яблоко)	115	118	50	56