

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: _____ Бикулова Т.В.

Утверждаю:

Меню 22 мая 2024г от 3 до 7 лет

Среда День 3	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес,гр	Калор, кк
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	183,7
	Бутерброд с повидлом	25/20	134
	Какао с молоком	200	106,79
2 завтрак 10 часов	Сок	100	43
Обед	Капуста тушёная	50	39,5
	Суп рыбный	180	170,42
	Котлеты (биточки) рыбные запечённые	70	131,5
	Пюре картофельное	130	118,7
	Компот из сухофруктов	180	114,7
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9
	Полдник	Печенье	40
	Кисель	200	50
	Яйца варёные	40	63

Итого калорийность: 1305,21

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: _____ Бикулова Т.В.

Утверждаю:

Меню 22 мая 2024г от 1 до 3 лет

Среда День 3	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес,гр	Калор, кк
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	163,7
	Бутерброд с повидлом	20/10	89,3
	Какао с молоком	150	100,7
2 завтрак 10 часов	Сок	100	43
Обед	Капуста тушёная	30	28,9
	Суп рыбный	150	152,8
	Котлеты (биточки) рыбные запечённые	60	112,7
	Пюре картофельное	110	105,2
	Компот из сухофруктов	150	87,7
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9
	Полдник	Печенье	40
	Кисель	150	45
	Яйца варёные	40	63

Итого калорийность: 1141,9