



м.п.

1 корпус

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 37"  
О.А. Григорьева

10 МАР 2025

1 день меню

МЕНЮ 10.03.2025	ЯСЛИ		САД	
	с 1 года до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	масса порции	ккал	масса порции	ккал
<b>Завтрак</b>				
Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/3	184	200/5	258
Хлеб пшеничный	30	75	30	75
Батон с маслом	20/5	93	30/5	123
Чай с сахаром	150	28	180	34
Итого ккал:		380		490
<b>Второй завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	47		
Напиток клюквенный Б/п,обогащенный витаминами			100	33
Итого ккал:		47		33
<b>Обед</b>				
Зеленый горошек консервированный (отварной)	30	12	50	20
Щи из свежей капусты с картофелем, с птицей и сметаной	150/6/5	70	200/6/5	93
Биточки рубленые из птицы (запеченые) с соусом молочным	50/15	119	70/30	160
Макаронные изделия отварные с маслом	110/3	156	130/5	201
Компот из изюма	150	85	180	102
Хлеб пшеничный	30	75	30	75
Хлеб ржаной	30	60	30	60
Итого ккал:		577		711
<b>Уплотненный полдник</b>				
Каша жидкая молочная из пшениной крупы с маслом	150/3	164	200/5	217
Хлеб пшеничный	30	75	30	75,0
Ватрушка с творогом	80	218	80	218
Кофейный напиток с молоком	150	108	180	130
Итого ккал:		565		640
Итого ккал за день:		<b>1569</b>		<b>1874,0</b>

Кипяченая питьевая вода