

Утверждаю
Заведующий МБДОУ

Детский сад №69

Пожарова М.В.

«16» декабря 202 г.

Меню

«16» декабря 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом слив.	150/200	5,75	5,2	18,8	145
	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	20/20	5,06	7,27	14,62	162
	Масло сливочное	5/5				
2 завтрак	Сок	100/100	0,5	-	10,1	42
Обед	Суп овощной на курином бульоне	150/200	2,1	3,8	13,5	84
	Суфле куриное	50/70	10,3	5,95	7,2	122
	Макароны отварные	110/130	4,99	3,7	22,9	143
	Кисель	150/180	0,2	0,01	31,7	127
	Хлеб ржаной	30/40	0,99	0,18	5,1	25
Полдник	Кисломолочный напиток	130/150	5,0	5,7	7,2	101
Ужин	Рыба запеченная в омлет	60/700	11,4	3,82	2,24	89,2
	Картофельное пюре	120/150	3,06	4,8	20,43	13
	Чай с сахаром	150/180	0	0	12	48
	Хлеб ржаной	30/30	1,98	0,36	10,2	51,2