

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад №69
Пожарова М.В.
«*2*» *декабря* 202*5*г.

Меню
«*2*» *декабря* 202*5*г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшенная со сл. маслом	150/200	8,14	9,68	38,39	273
	Какао с молоком	150/180	3,8	3,3	15,5	106,0
	Хлеб пшеничный	20/20	2,4	0,30	15,0	78
	Масло сливочное	5/5	0,03	5,0	0,05	46,2
2 завтрак	Сок	100/100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Суп гороховый на мясном б-не с гренками	150/200 10/10	5,8	4,4	20,9	147,8
	Суфле из отварного мяса	60/70	11,97	6,2	2,14	112,0
	Картофельное пюре	120/150	2,7	4,2	17,68	118,95
	Компот из сухофруктов	150/180	0,4	0,0	25,0	103,0
	Хлеб ржаной	30/40	1,98	0,36	10,2	51,2
Полдник	Кисломолочный напиток	130/150	5,0	5,7	7,2	101,0
Ужин	Ватрушка с повидлом	60/80	1,57	5,08	2,27	46
	Чай с сахаром	150/180	0	0	12,0	48,0