

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Детский сад №69
ИО Киселева О.И.
« 6 » 20 2025 г.

Меню
« 6 » 20 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой и сл. маслом	150/200	5,97	5,5	17,1	142,4
	Хлеб пшеничный	20/20	2,4	0,30	15,0	78
	Масло сливочное	5/5	0,03	5,0	0,05	46,2
	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,9	2,4	14,4	91,0
Обед	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. Капустой, картоф.	150/200	1,6	5,4	6,9	71,0
	Плов с мясом	160/160	20,4	18,7	33,9	386,7
	Компот из сух.фруктов	150/180	0,2	0,01	31,7	127,9
	Хлеб ржаной	30/40	1,32	0,24	6,8	34,1
Полдник	Кисломолочный напиток	130/150	5,0	5,7	7,2	101,0
Ужин	Сырники с морковью	120/150	21,13	17,3	31,68	367,5
	Чай черный с сахаром	150/180	0	0	12	48