

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Верхнеобливский д/с «Искорка»  
С.С. Антименко



МЕНЮ 13.03. 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность к/кал	Энергетическая ценность к/кал
<b>Завтрак</b>	до 3-х лет	до 7 лет	до 3-х лет	до 7 лет
Каша кукурузная молочная	150	200	231	308
Сыр твердых сортов	8	10	28	36
Хлеб пшеничный	20	20	46	46
Чай	180	200	30	37
<b>Второй завтрак</b>				
Фрукты	95	100	47	49
Итого:	453	530	382	476
<b>Обед</b>				
Суп-лапша домашняя	150	180	61	74
Плов из мяса птицы	150	180	229	275
Сол. огурцы (помидоры)	10	20	6	12
Хлеб пшеничный	20	30	46	69
Хлеб ржаной	15	20	41	54
Компот из с/фруктов	150	180	85	103
Итого:	495	600	468	587
<b>Полдник</b>				
Булочка «Ромашка»	50	70	179	250
Чай	150	180	30	37
Итого:	200	250	209	287
Всего:	1148	1380	1059	1350