

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с  
"Здоровье"

И.Н. Брусенцова



**МЕНЮ**

3 марта

2025 года

**САД**

Наименование блюд		Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная жидкая на сгущенном молоке	112	10.82	11.5	65.44	395
Чай с сахаром и лимоном	126/7/5	0.02	0.06	14	53.09
Батон "Рябинушка" с маслом сливочным "Крестьянским"	23/5	3.15	8.65	20.89	169.4
<b>ОБЕД</b>					
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	180/11	3.35	6.64	11.39	122.35
Котлета мясная рубленая	91	20.46	10.69	13.87	61.46
Капуста тушеная	130	4.43	3.55	18.9	124.96
		0.35		1.35	7
Компот из сухофруктов	180/14	0.3		10.5	41
Хлеб пшеничный	19	3.78	0.6	24	114
Хлеб ржаной	52	3.78	0.6	24	114
<b>ПОЛДНИК</b>					
Пудинг из творога, соус молочный	120/30	26.67	16.86	21.48	338.15
Хлеб пшеничный	17	3.12	0.4	21	94.4
Какао с молоком	184/10	5.62	5.06	23.4	169.09
	Ужин				
Кондитерское изделие (печенье)	35	3.3	3.3	25.2	157.5

**ЯСЛИ**

Наименование блюд		Белки	Жиры	Углеводы	Калории
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная жидкая на сгущенном молоке	99	10.82	11.5	65.44	395
Чай с сахаром и лимоном	115/5.3/3	0.02	0.06	14	53.09
Батон "Рябинушка" с маслом сливочным "Крестьянским"	21/7.6	3.15	8.65	20.89	169.4
<b>ОБЕД</b>					
Борщ с капустой, картофелем со сметаной	150/9	3.35	6.64	11.39	122.35
Котлета мясная	50	20.46	10.69	13.87	61.46
Капуста тушеная	110	4.43	3.55	18.9	124.96
		0.35		1.35	7
Компот из сухофруктов	150/12	0.3		34.5	130.3
<b>ПОЛДНИК</b>					
Пудинг из творога, соус молочный	80/20	26.81	17.86	21.68	348.45
Хлеб пшеничный	20	3.12	0.4	21	94.4
Какао с молоком	150/8	5.62	5.06	23.4	169.09
<b>УЖИН</b>					