



Утверждаю:

Заведующий МДОАУ «Д/с №16»

Н.Б.Жаворонкова

14.05.2025 г.

Меню 13 день

Наименование блюд	Вес в граммах		калорийность	
	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет
<u>Завтрак</u>				
Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/20	180/30	313.37	445.95
Чай	180	180	104.54	123.93
Хлеб пшеничный	20	20		
<u>2 Завтрак- СОК ФРУКТЫ</u>	200	200	38	38
<u>Обед</u>				
Салат	40	60	32.27	48.68
Свекольник со сметаной	150/5	200/8	68.38	107.33
Котлеты рыбные с томатно- сметанным соусом	70/20	80/30	91.78	115.25
Рис отварной с овощами	120	150	148.12	182.26
Компот из свежих яблок	150	180	44.38	62.78
Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	30/40	45.2/ 57	45.2/76
<u>Полдник</u>				
Крендель с сахаром	50	70	139.57	195.27
Кисель	180	200	19.32	22.81
<u>Ужин</u>				
Каша молочная «геркулес»	180	200	158.74	210.39
Сыр	8	10	28.8	36
Батон	35	40	51.8	103.6
Какао с молоком	180	200	65.61	77.23