



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«ЦРР детский сад № 57»
Воробьева И.Ю.

МЕНЮ НА 20/11/25

Неделя: первая

День: Четверг

Возрастная категория: с 1 года до 3 лет.

ЗАВТРАК

Каша манная молочная с маслом 150/3 г 188 ккал

А. Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая без молока (по факту) 155г 169ккал

Батон с сыром 20/4 г 63ккал

Чай с сахаром и лимоном 180/5г 57ккал

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

Напиток апельсиновый с курагой 100г 60,02ккал

ОБЕД:

Закуска из свеклы с зеленым горошком и чесноком 40г 37,98ккал

Щи из свежей капусты, с картофелем птицей и сметаной 150/5/6г 70ккал

Котлеты или биточки рыбные запеченные 60г 40,3ккал

Соус сметано-томатный 15г 32ккал

Рис припущенный с маслом 120г 126,4ккал

Кисель из с/м вишни 150г 62,47ккал

Хлеб пшеничный йодированный 20г 75ккал

Хлеб ржаной 20г 60ккал

15:00

Сок фруктовый 100г 43 ккал.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

Ленивые вареники с маслом 80г 220,45ккал

Молоко сгущеное 15г 49ккал

А. Соус вишневый (по факту) 20г 53ккал

Молоко 2,5% 150г 130ккал

А Чай с сахаром 150г 28ккал

Фрукты свежие в ассортименте 100г 95ккал





Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«ЦРР детский сад № 57»
Воробьева И.Ю.

МЕНЮ НА 20/11/25

Неделя: первая

День: Четверг

Возрастная категория: с 3 лет до 7 лет.

ЗАВТРАК

Каша манная молочная с маслом 200/5г 248ккал

А Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая без молока(по факту) 200/5г 169ккал

Батон с сыром 30/6 г 94ккал

Чай с сахаром и лимоном 180/5г 57ккал

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

Напиток апельсиновый с курагой 100г 60,02ккал

ОБЕД:

Закуска из свеклы с зеленым горошком и чесноком 60г 56,96ккал

Щи из свежей капусты с картофелем с птицей и сметаной 200/5/6г 189ккал

Котлеты или биточки рыбные запеченные 70г 80.2ккал

Соус сметано-томатный 30г 64ккал

Рис припущенный с маслом 150г 185ккал

Кисель из с/м вишни 180г 78,51ккал

Хлеб пшеничный йодированный 30г 75ккал

Хлеб ржаной 30г 60ккал

15:00

Сок фруктовый 100г 43 ккал.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК:

Ленивые вареники с маслом 100г 300,33ккал

Молоко сгущеное 20г 66ккал

А Соус вишневый(по факту) 30г 79ккал

Молоко 2,5% 180г 145,5ккал

А Чай с сахаром 180г 34ккал

Фрукты свежие в ассортименте 100г 95ккал

