

Утверждаю

Ц.В.Цепкова
 О.В.Цепкова
 МБДОУ Д/сад "Зёрнышко" с Дедуровка

Меню: 12 февраля 2025г.
 сезон: осенне-зимний период
 неделя: вторая

8 день

Завтрак	Объем порций для детей до 3-х лет (гр)	энерг. ценность ккал	Объем порций для детей старше 3-х лет (гр)	энерг. ценность ккал
Каша жидкая молочная геркулесовая	150	120	200	160
Бутерброд с маслом сливочным	23	74,24	25	80,7
Чай с сахаром	150	26,1	180	31,32
итого		220,34		272,02
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	100	70	100	70
<i>Обед</i>				
Винегрет овощной	30	38,83	50	64,71
Суп картофель гороховый	150	52,27	180	62,73
Рыба тушеная под соусом с овощами	60	78,05	70	91,06
Макароны отварные с маслом	85	102,41	130	156,62
Греки из пшеничного хлеба	20	50	25	62,5
Хлеб ржано-пшеничный	19	43,68	24	55,18
Компот из сухофруктов	150	37,6	180	45,13
итого		402,84		537,93
<i>Полдник</i>				
Булочка	50	115,01	50	115,01
Кисель	160	11,87	200	14,84
итого		126,88		129,85
всего		1029,53		1274,71
Шеф-повар <i>Лонкаев</i>	/Пономарева О.М./			