



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №211»

Е. Ю. Терновская

Меню на 19.09.2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции (ккал)
День 10			
Завтрак	Сыр порциями	6	21,84
	Каша рисовая молочная	200	208,61
	Хлеб пшеничный	40	94
	Кофейный напиток с молоком	180	82,25
Завтрак 2			
Обед	Свежий помидор	60	15,0
	Суп картофельный с крупой гречневой	200	186,93
	Биточки из курицы	70	195,78
	Пюре картофельное с морковью	130	94,05
	Хлеб пшеничный	30	70,5
	Хлеб ржаной	30	52,2
	Компот из сухофруктов вит.С	180	38,3
Полдник			
	Печенье	50	208,5
	Сок фруктовый	200	92,0
Ужин			
	Запеканка морковная с творогом	250	243,41
	Хлеб ржаной	20	34,8
	Хлеб пшеничный	10	23,5
	Чай с молоком	180	92,68
Итого за 10 день			1807,8