

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №211»

Е.Ю. Терновская

Меню на 22.09.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции (ккал)
День 1			
Завтрак			
	Макароны отварные с сыром	200	247,13
	Хлеб пшеничный	40	94
	Чай с сахаром	180	29,57
Обед			
	Свекольник	200	175,63
	Биточки из курицы	70	169,23
	Гарнир гречневый	130	198,8
	Хлеб пшеничный	30	70,5
	Хлеб ржаной	30	52,2
	Компот из сухофруктов с вит.С	180	38,3
Полдник			
	Пряник	50	208,5
	Сок яблочный	200	92
Ужин			
	Рагу овощное	200	147,89
	Яйцо вареное	40	62,8
	Хлеб ржаной	20	34,8
	Хлеб пшеничный	10	23,5
	Какао с молоком	180	90,33
Итого за 1 день			1803,6