

МЕНЮ

Утверждаю

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 34»

О.П. Арефьева

«21» апреля 2025 г.

Завтрак

Каша кукурузная (молочная с маслом (180-200 гр.) 159 калорий

Кофе с молоком (180-200 гр.) 124 калорий

Хлеб с маслом и сыром (30/5/10 гр) 137 калорий

ИТОГО 0,445/420 калорий

Второй завтрак

10-00 Сок – 100 гр. (43 калории)

Обед

Рассольник на курином бульоне со сметаной (180/200 99 калорий)

Рагу из мяса кур (180-200 гр/ 354 калории)

Хлеб пшеничный (25 гр / 61,3 калории)

Хлеб ржаной (50 гр / 96,69 калории)

Компот из сухофруктов (180-200 гр / 88 калорий)

ИТОГО 0,675 / 698,99 калорий

Полдник

Пирожок с творогом (60 гр/ 212 калорий)

Шиповник (180-200 гр / 65 калорий)

Фрукты (190 грам/94,09 калорий)

ИТОГО 0,450 гр /371 калория

Ужин

Суп молочный с лапшой и сливочным маслом (180-200 гр
95 калорий)

Хлеб пшеничный (25 гр/61,3 калорий)

Чай с сахаром (180-200 гр/40,1 калории)

ИТОГО 0,425/196,4 калории

ВСЕГО: 2,095 гр/1729,48 калорий

