

Утверждено

Р.Ю. Чекина

Заведующая

МАДОУ д/с «Колосок»



Меню на 23 Июля 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	Меню2	Ясли	Сад/Меню2	Ясли
Завтрак					
Каша овсяная молочная "Геркулес"	180	180	150	250	230
Бутерброд с маслом	45	45	35	183	182
Какао с молоком	180	180	150	141	140
2й завтрак					
Плоды свежие(яблоки)	0	150	0	78	0
Обед					
Суп с рыбными консервами	180	180	150	124	120,5
Запеканка из печени	75	75	75	210	210
Соус сметанный	20	20	20	31	31
Картофельное пюре	130	130	110	157,5	155
Овощи натуральные (св.огурец)	30	30	30	23	23
Компот из ягоды с/м	180	180	150	104,4	104
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	66,6
Полдник					
Печенье затяжное "Мария"	20	20	20	84	84
Кисломолочный напиток(Йогурт)	150	150	150	178	178
Ужин					
Омлет натуральный	110	110	110	181,2	181,2
Хлеб пшеничный	30	30	30	76,5	76,5
Напиток из плодов шиповника	180	180	150	86,7	84