Утверждено _____ Р.Ю. Чекина

Заведующая МАДОУ д\с « Колосок»

Меню на 12 Ноября 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	Меню2	Ясли	Сад/Меню2	Ясли
Завтрак					
Каша овсяная молочная "Геркулес"	180	180	150	250	209,25
Бутерброды с маслом	45	45	35	183	152,5
Какао с молоком	180	180	150	141	135
2й завтрак					
Плоды свежие(яблоки)	0	150	0	78	0
Обед					
Суп с рыбными консервами	180	180	150	144	101
Запеканка из печени	75	75	75	210	210
Соус сметанный	20	20	20	31	31
Картофель отварной	130	130	110	144	121,8
Овощи натуральные (св.огурец)	30	30	30	23	23
Компот из ягоды с/м (клубника ,слива,абрикос)	180	180	150	104,4	100
Соус сметанный	20	20	20	31	31
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	66,6
Полдник					
Кисломолочный напиток(йогурт)	150	150	150	178	178
Печенье "Овсяное"	35	35	35	143	143
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	81