Утверждено _____ Р.Ю. Чекина

Заведующая МАДОУ д\с « Колосок»

Меню на 21 Октября 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	Меню 2	Ясли	САД/Меню 2	ЯСЛИ
Завтрак					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	180	150	232	193,5
Бутерброд с повидлом	55	55	45	176,5	175
Чай без сахара	180	180	150	2,5	2
2й завтрак					
Кисломолочный напиток(йогурт)	0	180	0	178	0
Обед					
Щи из квашеной капусты с картофелем на м/б	180	180	150	119,7	119
Гуляш из отварного мяса.	70	70	70	175,3	175,3
Каша перловая рассыпчатая	130	130	110	215	210
Салат из моркови	50	50	30	62	55
Компот из ягод с/м	180	180	150	104,4	87,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	66,7
Полдник					
Фруктовое пюре	125	125	125	55	55
Ужин					
Винегрет овощной	80	80	80	98,3	98,3
Пирожки печеные с картофелем	80	80	80	285	285
Чай с сахаром	180	180	150	46	40