

Меню на 16.03.2023 для детей 3 до 7 лет

Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	Калори- йность
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес"	180	175,4
Бутерброд с маслом	30/5	108,4
Чай с молоком	180	64,1
Завтрак 2		
Сок	100	43,0
Обед		
Салат из квашенная капусты	60	50,2
Суп крестьянский на м/к бульоне	180/8	137,3
Запеканка картофельная с мясом	200	315,2
Компот из с/ф	180	34,8
Хлеб пш.	25	59,2
Хлеб рж.	40	81,6
Полдник		
Плюшка с сахаром	80	259,2
Ряженка	180	97,2

Утверждаю

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №8 «Ручеек» г.Кукмор»

З.З. Гайнетдинова

Меню на 16.03.2023 для детей 0 до 3 лет

Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	Калорийность
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес"	140	136,5
Бутерброд с маслом	25/4	90,6
Чай с молоком	160	57,1
Завтрак 2		
Сок	100	43,0
Обед		
Салат из квашенная капусты	40	33,5
Суп крестьянский на м/к бульоне	160/7	120,6
Запеканка картофельная с мясом	160	252,3
Компот из с/ф	150	29,0
Хлеб пш.	20	47,4
Хлеб рж.	30	61,2
Полдник		
Плюшка с сахаром	60	206,1
Ряженка	160	86,4