

## МЕНЮ

на 19.03.2025 г. 10 - й день по нормам для детей

ДГ «УЛЫБКА» МБОУ «Елатомская СОШ»

№ п./п	Наименование блюда	Выход 3-7лет	Калорийность
	<b>Завтрак</b>		
1	Каша молочная геркулесовая	180г	181,3ккал
2	Какао с молоком	180г	88,4ккал
3	Хлеб пшеничный	30г	57,3ккал
4	Сыр порционный	10г	36ккал
	<b>2й завтрак: банан</b>	100г	92,3ккал
	<b>Обед</b>		
1	Салат витаминный	50г	53,2ккал
2	Свекольник со сметаной	180г	67,1 ккал
3	Тефтели мясные	70г	153,2ккал
4	Рис отварной	130г	165,3ккал
5	Хлеб ржаной	30г	50,74ккал
6	Хлеб пшеничный	30г	57,3ккал
7	Кисель витаминизированный	200г	58,9ккал
	<b>Полдник</b>		
1	Пряник	50г	173,2ккал
2	Чай с молоком	200г	98,88ккал

Ответственный по питанию: Терёшкина Е.А.

Повар : Левицкая Н.Л.