

МЕНЮ

на 28.03.2025 г. 7- й день по нормам для детей

ДГ «УЛЫБКА» МБОУ «Елатомская СОШ»

№ п./п	Наименование блюда	Выход 3-7лет	Калорийность
Завтрак			
1	Каша рисовая молочная	180г	235,23ккал
2	Чай с сахаром	180г	37,89ккал
3	Хлеб пшеничный	30г	57,3ккал
4	Масло сливочное порционное	10г	37,4ккал
2й завтрак: яблоко			
Обед			
1	Салат из свеклы отварной	50г	61,2ккал
2	Суп картофельный бобовый с гренками	150г	115,6ккал
3	Рыба тушеная с овощами	70г	93,2 ккал
4	Каша гречневая рассыпчатая	130г	176,3 ккал
5	Хлеб пшеничный	30г	57,3ккал
6	Хлеб ржаной	30г	50,74ккал
7	Сок фруктовый	180г	76ккал
Полдник			
1	Чай с лимоном	200г	41 ккал
2	Булочка	50г	231,3 ккал

Ответственный по питанию: Терёшкина Е.А. _____

Повар: Левицкая Н.Л. _____