

МЕНЮ

11 декабря 2025г.

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	номер тех. карт
	<i>Каша геркулесовая</i>	200	180,68	5,78	8,64	19,86	3
	<i>Какао с молоком</i>	180	130,66	3,98	4,23	19,53	56
	<i>Хлеб тиеничный с маслом</i>	30/7	75,30	1,64	3,28	0,28	83,79
Завтрак 2	<i>Банан</i>	150	142,00	2,25	0,75	31,50	86
Обед	<i>Суп овощной</i>	200	168,11	6,39	9,34	14,74	13
	<i>Гуляш</i>	100	200,30	14,34	14,56	3,02	21
	<i>Каша перловая с овощами</i>	120	113,41	2,84	2,54	19,69	39
	<i>Напиток из шиповника</i>	180	42,98	0,23	0,11	10,40	60
	<i>Хлеб тиеничный</i>	40	94,00	3,68	0,40	19,32	83
	<i>Хлеб ржаной</i>	50	100,50	3,68	0,70	18,85	84
Полдник	<i>Пирог с повидлом</i>	70	193,10	4,60	2,04	37,44	70
	<i>Кисель</i>	180	20,47	0,00	0,00	5,38	64
Ужин	<i>Рагу из овощей</i>	200	208,08	2,95	8,55	15,39	45
	<i>Чай с сахаром</i>	180	14,77	0,11	0,00	3,62	72
	<i>Хлеб тиеничный</i>	30	47,00	1,58	0,20	9,66	83

Старшая медсестра

Наместникова Т.Н.

Заведующий МАДОУ



Миронова О.В.