

Утверждаю:

Заведующий ГДОУ ТО
«Узловский детский сад»
Миронова Т.В.



МЕНЮ На 14.07.2025 г

Дети старше 3 лет, группы с круглосуточным пребыванием, 24 часа

	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак		
Каша пшенная молочная жидкая	200 г	283,6 ккал
Кофейный напиток с молоком	180 г	71 ккал
Бутерброд с маслом	20/10 г	107 ккал
II Завтрак		
Сок виноградный	100 г	46 ккал
Обед		
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200 г	72,8 ккал
Рыба припущенная в молоке	70 г	90,3 ккал
Макаронные изделия отварные	130 г	218,16 ккал
Компот из кураги	180 г	99 ккал
Хлеб ржаной	30 г	51,2 ккал
Батон йодированный	30 г	78,6 ккал
Полдник		
Яйцо отварное	40 г	63 ккал
Ватрушка «Лакомка»	75 г	351 ккал
Ряженка	180 г	71,1 ккал
Ужин		
Рулет или запеканка рисовая с овощами	210 г	226,8 ккал
Чай с сахаром	200 г	60 ккал
Хлеб ржаной	20 г	34,6 ккал
Батон йодированный	20 г	51,87 ккал
2 Ужин		
Кефир	150 г	75 ккал