

Утверждаю:

заведующий МБДОУ №45



Меню

10

Июня

2025

Завтрак (12)

	Выход блюда	Энергетическая ценность
Суп молочный с крупой(геркулесовый)	150/200	131/175
Какао с молоком	180/200	59/64
Батон с маслом. Яйцо отварное	20/6,25/6, 40/40	90/103, 63/63

2 Завтрак

Сок фруктовый	180/200	78/87
---------------	---------	-------

ОБЕД

1 Салат Морской(с кальмарами и яблоками)	40/60	33/49
2 Суп Харчо со сметаной с мясом	180/200	110/123
3 Запеканка картофельная с печенью	130/2, 150/3	192/229
4 Хлеб ржаной, пшеничный	15/20, 20/25	35/47, 39/49
5 Компот из сухофруктов	180/200	22/26

полдник

Кисломолочный напиток	180/200	138/153
Булочка Тарочка с курагой	50/60	195/236

Ужин

1 Овощи натуральные соленые или свежие	30/50	3/5
2 Капуста тушенная с мясом. Хлеб ржаной, пшеничный	150/150, 20/25, 20/25	209/209, 47/59, 39/49
3 Напиток из плодов Шиповника	180/200	53/63
4 Фрукты	95/100	36/38

1571.11/1827.28