

Заведующий ДОУ 73

Утверждаю

Игнашова Е.П.

2025 г.

Завтрак

№	блюдо	Масса порций	Калорийность
1	Вареное яйцо	100	908 901 98
2	Макароны с мясным соусом	200	2,8 195 1645
3	Бутерброд с колбасой	20/40	24 940 25,0
Второй завтрак			94
	Яблоко	150	100 94 946
			15
Обед			21/11
1	Суп из овощей	150	1,4 2,5 336
2	Омлет с мясом	200	903 915 248
3	Углекислый напиток	70/20	911 905
4	Салат из овощей	100/200	213 903 97
5	Чай сладкий	100/200	2,3 10 1645
6	Сметана	140/60	905 907 95
Уплотнённый полдник			16/16
1	Суп овощной	150	908 903 95
2	Сырники	200	
3	Пюре из картофеля	150/200	1645
4	Батон	20/40	