



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 268  
С.Е.Мельникова  
09.01.2024г.

<b>Меню – раскладка на 3 день</b>	
<b>Дата: 10.01.2025</b>	<b>Выход (ясли/сад)</b>
<b>ЗАВТРАК:</b> ккал- 294,31/381,89	
✓ Каша ячневая молочная с маслом	145/165
✓ Бутерброд с джемом	35/55
✓ Какао с молоком	180/200
<b>2 ЗАВТРАК:</b> ккал - 69/92	
✓ Фрукты свежие	100/100
<b>ОБЕД:</b> ккал- 494,55 /623,52	
✓ Салат из моркови с кукурузой или горошком	30/50
✓ Борщ со свежей капусты с говядиной, со сметаной	170/220
✓ Рис с овощами	110/130
✓ Котлета из говядины	50/70
✓ Соус красный основной	15/25
✓ Кисель из замороженных ягод	150/180
✓ Хлеб пшеничный	20/20
✓ Хлеб ржаной	20/30
<b>ПОЛДНИК:</b> ккал- 232,05/289,00	
✓ Кондитерские изделия	20/30
✓ Кисломолочный напиток	180/200
<b>УЖИН:</b> ккал- 318,538/420,263	
✓ Салат из свеклы или моркови с чесноком	30/50
✓ Котлета рыбная	50/70
✓ Пюре картофельное	110/130
✓ Соус томатный с овощами	15/25
✓ Чай с сахаром	180/200
✓ Хлеб пшеничный	15/20
✓ Хлеб ржаной	20/20