

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

| Меню – раскладка на 3 день                        |                     |
|---------------------------------------------------|---------------------|
| Дата: 13.05.2025                                  | Выход<br>(ясли/сад) |
| <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               |