



Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №1

Е.М. Нужняк

Дата 18.09.2025 МЕНЮ	Масса порций	Калорийность
Завтрак		
Каша из смеси круп (гречневая, овсяная, пшенная)	200	234
Чай с лимоном	200	61,6
Бутерброд с маслом	45	143
Завтрак II		
Компот из кураги	100	43
Обед		
Огурец соленый	30	6,5
Суп картофельный с домашней лапшой	200	79
Рыба, тушеная с овощами	120	173
Картофель отварной	140	146,4
Компот из смеси сухофруктов	200	98
Хлеб пшеничный	40	84
Полдник		
Пряник пром.Производства	60	230
Кисель из повидла	180	140
Ужин		
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	200	264
Чай с сахаром	200	59
хлеб пшеничный	30	63
Итого калорий в день		1818