


МЕНЮ на 21.03.2025 Дошкольной группы «Колобок»

День недели: пятница

Возраст: 3-7 лет

Наименование блюда	Масса порций, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша пшеничная молочная жидкая	180	184,2
Кофейный напиток с молоком	180	81,1
Хлеб пшеничный	30	57,3
Масло сливочное порционное	10	37,4
Итого за завтрак	400	360
2-й завтрак		
Фрукты (груша)	100	88,2
Обед		
Салат из капусты с морковью, яблоками	50	0,82
Суп с фрикадельками	180	103,02
Плов из курицы	150	313,4
Кисель витаминизированный	180	101,63
Хлеб пшеничный	30	57,3
Хлеб ржаной	30	50,74
Итого за обед	620	626,91
Полдник		
Йогурт(2,5% жирности)	200	139,7
Печенье	50	134,2
Итого за полдник	250	273,9
Итого за день	1370	1349,01

 Повар  Камардина Т.В.