



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Е. А. Рябцева

**МЕНЮ на 14 марта 2025г.**

№	Наименование блюд	Выход блюда		Энергетическая ценность ккал	
		Ранний возраст	Дошкольный возраст	Ранний возраст	Дошкольный возраст
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша молочная «Дружба»	150	180	282,36	338,83
2.	Хлеб пшеничный йод. со сгущенным молоком	20/10	20/15	27,16	42,80
3.	Хлеб ржано - пшеничный	10	10	11,53	17,30
4.	Чай	170	180	0,74	0,82
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>350</b>	<b>405</b>	<b>321,79</b>	<b>399,75</b>
<b>Обед</b>					
1.	Салат из моркови	30	50	44,37	73,95
2.	Борщ с капустой и картофелем	150	180	144,42	173,30
3.	Жаркое по домашнему	150	170	114,32	160,05
5.	Компот из брусники	150	180	51,95	62,33
7.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	30,15	40,20
8.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	10	20	11,53	17,30
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>510</b>	<b>630</b>	<b>545,81</b>	<b>703,12</b>
<b>Полдник</b>					
1.	Пряник	50	50	224,43	336,64
2.	Чай с молоком	150	200	107,80	123,20
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>200</b>	<b>250</b>	<b>332,23</b>	<b>459,84</b>
<b>Ужин</b>					
1.	Суп картофельный с сыром	180	200	126,98	152,37
2.	Напиток лимонный	180	200	83,72	100,46
3.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	40,20	40,20
4.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	20	20	11,53	17,30
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>262,43</b>	<b>215,33</b>
<b>Всего</b>				<b>1496,73</b>	<b>1806,74</b>