

**МЕНЮ
(диета)**

3 день

на « ____ » _____ 2025г

<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход (г)</i>		<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>	
	<i>ясли</i>	<i>сад</i>	<i>ясли</i>	<i>сад</i>
Завтрак				
Каша ячневая жидкая на воде	140/5	160/5	109,3	124,91
Бутерброд с повидлом	25/10	40/15	93,1	146,2
Чай черный	180	200	71,36	79,29
Итого:			273,76	350,4
Второй завтрак				
Фрукт свежий:	100	150	70,5	70,5
Обед				
Салат из моркови с кукурузой или горошком	30	50	25,7	42,83
Борщ с капустой и картофелем с птицей	150/10/10	200/10/10	104,74	124,44
Котлета из птицы припущенная	50	70	103,01	144,21
Рис с овощами	110	130	131,83	155,8
Хлеб ржаной	20	30	40	60
Хлеб пшеничный	20	20	47	47
Кисель из свежих ягод	150	180	45,47	54,56
Итого:			506,75	643,84
Полдник				
Кондитерские изделия	30	40	130,05	183
Чай с яблоком	180	200	79,5	95,4
Итого:			209,55	278,4
Ужин				
Салат из свеклы или моркови с чесноком	30	50	26,21	43,68
Котлета рыбная	50	70	116	162,4
Картофельное пюре	110	130	95	112,27
Чай с сахаром	180	200	29,34	29,34
Хлеб ржаной	20	20	40	40
Хлеб пшеничный	15	20	35,25	47
Итого:			354,7	456,19
Всего:			1415,26	1799,33

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 71"**, Хохловская Ирина Геннадьевна,
Заведующий

28.02.25 09:25 (MSK)

Сертификат 0B4BFEC3981C77A0915F2FFC0795AAB9