

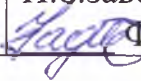
Меню

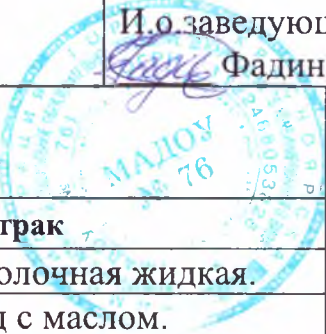
Утверждаю:

И.о.заведующего МАДОУ №76

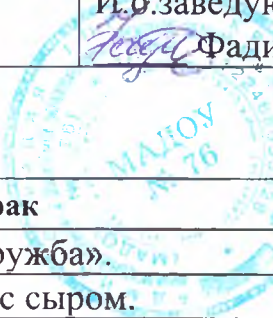
Фадина А.А.

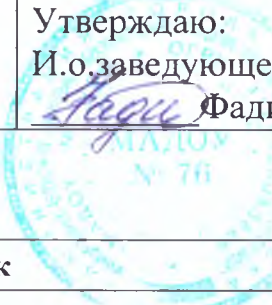
Дата: 03.03.2025г.	Выход готовых блюд	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак		
Омлет натуральный.	130/150	137/192
Бутерброд с маслом и сыром.	35/50	77,68/91,20
Чай с молоком.	185/200	106,03/141,12
Второй завтрак		
10ч. – Сок.	125/125	46,25/46,25
Обед		
Закуска порционная.	30/50	55/73,33
Суп картофельный с бобовыми, с курицей, с гренками.	150/200	102,12/125,33
Рыба, запеченная.	50/70	207,05/343,48
Картофель по-домашнему.	110/130	64,32/81,4
Хлеб ржаной		
Компот из консервированных плодов.	150/180	62/78
Полдник		
Кондитерское изделие.	20/30	79,50/79,50
Кисломолочный продукт.	180/200	
Ужин.		
Фрукт.	100/100	184,8/202,4
Пудинг из творога.	150/170	176/176
Чай с сахаром.	160/200	97/111

Меню	Утверждаю: И.о.заведующего МАДОУ №76  Фадина А.А.	
Дата: 04.03.2025г.	Выход готовых блюد	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак		
Каша ячневая молочная жидкая.	140/160	137/192
Бутерброд с джемом.	35/55	77,68/91,20
Какао с молоком.	180/200	106,03/141,12
Второй завтрак		
10ч. – сок.	125/125	46,25/46,25
Обед		
Салат из моркови с кукурузой.	30/50	55/73,33
Борщ со свежей капустой с говядиной, со сметаной.	150/200	102,12/125,33
Биточки из говядины. Соус красный основной. Рис с овощами. Хлеб ржаной	50/70 15/25 110/130 20/20	207,05/343,48 64,32/81,4
Кисель из замороженной ягоды	150/180	62/78
Полдник		
Оладьи со сгущенным молоком. Йогурт.	60/70 150/180	79,50/79,50
Ужин.		
Салат из свеклы с чесноком. Котлета рыбная. Пюре картофельное. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный.	30/50 50/70 15/25 110/130 180/180 15/20	184,8/202,4 31/45,55 176/176 97/111 78,04/89,6 41/85/41,85

Меню	Утверждаю: И.о. заведующего МАДОУ №76  Фаина А.А.	
Дата: 05.03.2025г.	Выход готовых блюد	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак		
Каша манная молочная жидкая.	140/160	137/192
Бутерброд с маслом.	35/45	77,68/91,20
Кофейный напиток с молоком.	180/200	106,03/141,12
Второй завтрак		
10ч. – фрукт.	125/125	46,25/46,25
Обед		
Винегрет овощной.	30/50	55/73,33
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной.	150/200	102,12/125,33
Пюре из гороха с маслом. Голень куриная, запеченная. Хлеб ржаной	110/130 50/70 20/30	207,05/343,48 64,32/81,4
Компот из свежих груш.	150/180	62/78
Полдник		
Пирожок с повидлом. Кисломолочный продукт.	50/60 150/190	79,50/79,50
Ужин.		
Огурец. Рыба по-польски. Рис припущенный Хлеб пшеничный. Напиток из шиповника.	30/50 50/70 110/130 180/180 15/20	184,8/202,4 31/45,55 176/176 97/111 78,04/89,6 41/85/41,85

Меню	Утверждаю: И.о.заведующего МАДОУ №76 <i>Фадина А.А.</i>	
Дата: 06.03.2025г.	Выход готовых блюдо	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак		
Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес».	130/150	137/192
Бутерброд с маслом.	25/40	77,68/91,20
Чай с молоком с сахаром.	150/180	106,03/141,12
Второй завтрак		
10ч. – сок.	125/125	46,25/46,25
Обед		
Закуска консервированная.	30/50	55/73,33
Суп картофельный с рыбными консервами.	150/200	102,12/125,33
Биточки рубленые из курицы.	50/70	207,05/343,48
Соус сметанный.	15/25	64,32/81,4
Каша гречневая рассыпчатая.	110/130	
Хлеб пшеничный.	20/30	
Компот из смеси сухофруктов.	150/180	62/78
Полдник		
Гренки с сыром.	60/70	79,50/79,50
Кисломолочный напиток.	150/150	
Ужин.		
Закуска консервированная. Оладьи из печени по-кунцевски. Макароны изделия отварные. Чай с лимоном. Хлеб ржаной.	30/50	184,8/202,4
	50/70	176/176
	110/130	97/111
	180/180	78,04/89,6
	20/30	41,85/41,85

Меню	Утверждаю: И.о.заведующего МАДОУ №76  Фаина А.А.	
Дата: 07.03.2025г.	Выход готовых блюد	Энерг. ценность (ккал)
Завтрак		
Каша «Дружба».	140/160	137/192
Бутерброд с сыром.	35/45	77,68/91,20
Кофейный напиток с молоком.	180/190	106,03/141,12
Второй завтрак		
10ч. –фрукт.	125/125	46,25/46,25
Обед		
Салат «Овощная мозаика».	30/50	55/73,33
Суп картофельный с макаронными изделиями, с тушеной говядиной.	150/200	102,12/125,33
Тефтели из говядины с рисом «Ежики». Капуста тушеная. Хлеб ржаной	50/70 110/130	207,05/343,48 64,32/81,4
Витаминизированный напиток «Витошка».	150/180	62/78
Полдник		
Ватрушка с повидлом. Кисломолочный напиток.	50/60 150/180	79,50/79,50
Ужин.		
Огурец консервированный Сельдь с луком. Соус красный основной. Картофельное пюре. Напиток Лимонный. Хлеб пшеничный.	30/50 50/70 15/25 110/130 180/180 15/20	184,8/202,4 31/45,55 176/176 97/111 78,04/89,6 41/85/41,85

Меню	Утверждаю: И.о.заведующего МАДОУ №76  <u>Фадина А.А.</u>		
Дата: 10.03.2025г.	Выход готовых блюдов	Энерг. ценность (ккал)	
Завтрак			
Каша молочная пшеничная жидкая.	140/160	137/192	
Бутерброд с сыром.	35/45	77,68/91,20	
Какао с молоком.	180/200	106,03/141,12	
Второй завтрак			
10ч. – Кисломолочный напиток.	125/125	46,25/46,25	
Обед			
Салат из свеклы с сыром и чесноком.	30/50	55/73,33	
Суп «Волна» картофельный с яйцом, курицей.	150/200	102,12/125,33	
Руллет из птицы.	50/70	207,05/343,48	
Картофельное пюре.	110/130	64,32/81,4	
Хлеб ржаной.			
Компот из смеси сухофруктов.	150/180	62/78	
Полдник			
Пирожки печеные с капустой.	60/60	79,50/79,50	
Сок.	150/180		
Ужин.			
Фрукты свежие.	100/100	184,8/202,4	
Горошек консервированный.	30/50	31/45,55	
Омлет с сыром.	130/150	176/176	
Напиток из шиповника.	180/180	97/111	
Хлеб пшеничный.	15/20	78,04/89,6	
		41,85/41,85	