

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Пилюгинский детский сад «Колобок»
_____ Н.В. Ермолаева

МЕНЮ на 21.07.2025

День недели: понедельник

Возраст: 3-7 лет

Наименование блюда	Масса порций, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша рисовая молочная	180	235,23
Чай с сахаром	180	37,89
Хлеб пшеничный	30	53,7
Масло сливочное порционное	10	37,4
Итого за завтрак	400	367,82
2-й завтрак		
Фрукты (яблоко)	100	87,3
Обед		
Салат из свёклы отварной	50	61,2
Суп картофельный с бобовыми, с гренками	150/25	115,6
Каша гречневая рассыпчатая	130	176,3
Рыба тушёная с овощами	70	93,2
Сок фруктовый	180	76,0
Хлеб пшеничный	30	57,3
Хлеб ржаной	30	50,74
Итого за обед	490	630,34
Полдник		
Чай с лимоном	200	41,0
Булочка	50	231,3
Итого за полдник	250	272,3
Итого за день	1240	1357,76