

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
«Алтынский цветочек»
Семенова



Меню с 16.06.2025г. по 20.06.2025г.

	Завтрак	Ккал		II завтрак	Ккал		Обед	Ккал		Полдник	Ккал		Ужин		Ккал	
		Если	Сад		Если	Сад		Если	Сад		Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад
Понедельник 16.06.2025г.	Каша молочная Овсяная с маслом 155/200	156	173	Сок гранатовый 100	43	43	Салат «С красной фасоли » 40/50	142	176	Чай с сахаром 160/180	39	38,7	Макаронны с маслом с сыром 150/150	205	222	
	Кофейный напиток с молоком 160/180	87,3	91				Суп с клецками 150/200	139	149	Фрукты	122,2	131,6	Икра кабачковая 40/60	48	72	
	Бутерброд с маслом 35/35	112	109				Плов с курицей 130/180	232	298				Напиток лимонный 150/180	29	51	
							Компот из сухофруктов 150/180	35,7	44				Хлеб 30/40	71	94,7	
							Хлеб Ржано - пшеничный 40/50	83	102				Печенье творожное 30/30	167	167	
Вторник 17.06.2025г.	Каша молочная пшеничная с маслом 155/200	149,6	179,2	Сок 100	43	43	«Огурчик свежий долькой» 40/50	6,27	6,97	Йогурт 160/180	90	99	Рагу из овощей 170/200	107	110	
	Какао с молоком 160/180	103	99				Суп «Рыбный» 150/200	66,0	88,0	Булочка домашняя 50/50	203	203	Напиток из шиповника 150/180	55	72	
	Бутерброд с маслом 35/35	112	122				Горошница 120/130	148	153				Хлеб 35/40	84	94,7	
							Гуляш мясной 70/70	202	202							
							Компот из сухофруктов 150/180	30	39							
							Хлеб Ржано- пшеничный 40/50	83	102							

Среды 18.06.2025 г.	Каша молочная Пшеница с маслом 155/200	180	206	Сок 100	43	43	Морковь отварная долькой 35/50	31,1	32,3	Снежок 160/180	79	89	Картофель отварной с маслом 120/130	123	94
	Чай с молоком 160/180	80	96				Суп Фасолевый со сметаной 155/200	151,2	185				Котлета рыбная 50/60	114,7	136,1
	Бутерброд с сыром 35/40	83	108				Макароны с маслом 155/155	155	175				Напиток из кураги 150/180	65,7	78
							Птица тушеная в сметанном соусе 70/70	141	153				Хлеб 35/40	84	94,7
							Кисель 150/180	107	114				Пирожок с капустой 50/50	178	181,2
Четверг 19.06.2025 г.							Хлеб Ржано - пшеничный 40/50	81,6	102						
	Каша молочная «Рисовая» с маслом 155/200	163	192	Сок 100	43	43	Помидоры свежий 40/50	9,65	12,05	Йогурт 160/180	90	99	Омлет с зеленым горошком 85/85	108,5	123,1
	Какао с молоком 150/180	104	99				Суп Волна со сметаной 150/200	112	120	Вафли 30/30	106,2	142	Чай каркаде 150/180	32	33
	Бутерброд с маслом 35/40	109	122				Капуста тушеная 120/150	68	101				Хлеб 35/40	71	95
							Биточки мясные 55/70	189	209				Фрукты 130/145	134,2	147,6
Пятница 20.06.2025 г.							Компот из сухофруктов 150/180	32	39						
							Хлеб Ржано- пшеничный 40/50	82	102						
	Каша молочная Гречневая с маслом 155/200	168	198	Сок 100	48	48	Сельдь с луком 40/50	79,2	99	Снежок 160/180	79	89	Вареники творожные в масле 130/150	213	299
	Кофейный напиток с молоком 160/180	87	91				Борщ со сметаной 155/200	137,0	157	Пряник 30/30	110	146	Чай с сахаром 160/180	32	39
	Бутерброд с джемом 40/40	99	99				Азу по-татарски 130/180	243	262				Хлеб 30/40	71	94,7
							Напиток из вишни 150/180	36	44						
							Хлеб Ржано- пшеничный 40/50	83	102						