



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБОУ Д/сад № 72

«Берегиня»

Э.Н. Антонелене

МЕНЮ

На 09.07.2025 г.

Наименование блюда	возраст 3-7 лет			ранний возраст		
	Норма блюда	Выход блюда	Ккал.	Норма блюда	Выход блюда	Ккал.
ЗАВТРАК						
Каша рисовая жидкая	190	195	139	140	135	132
Батон йодированный	30	29	79	25	24	66
Чай с лимоном	180/10/8	185/10/8	41	180/8/5	173/8/5	35
Итого завтрак	400		259	350		246
ОБЕД						
Суп из овощей	190	195	77	150	144	56
Печень по - сторогановски	70/40	72/41	245	50/40	48/39	170
Пюре картофельное	150	154	137	120	116	110
Компот из свежих плодов	180	185	88	150	144	73
Огурцы свежие	50	50	10	40	39	8
Хлеб пшеничный	20	20	50	15	14	38
Хлеб ржаной	50	49	105	40	39	72
Итого обед	670		712	535		527
ПОЛДНИК						
Запеканка из творога с морковью	100	103	234	50	48	117
Соус молочный сладкий	30	31	30	15	14	85
Какао с молоком	180	185	107	180	173	107
Итого полдник	310		371	245		309
УЖИН						
Хлеб пшеничный	30	32	75	15	14	38
Компот из сушеных фруктов	150	154	85	150	144	85
Итого ужин	180		160	165		123
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1560		1502	1295		1205