

Утверждаю: *Денисова*

МЕНЮ на 25.03.2026 год

Наименование	вес		калории		
	если	сад			
ЗАВТРАК					
Бутерброд с маслом	15	55	20	80	
Каша геркулесовая на молоке	150	114	180	137	
Какао с молоком	150	117	180	140	
Хлеб пшеничный	10	20	10	20	
Итого за завтрак	325	306	390	377	23.74%
2-й ЗАВТРАК					
Апельсин 1/2	100	38	100	38	
Итого за второй завтрак	100	38	100	38	2.39%
ОБЕД					
Салат из свеклы	40	29	60	43	
Бульон из птицы с гречками и яйцом	160	110	215	148	
Котлета рубленая из ц.бр.	60	167	75	209	
Рис отварной, соус томатный	100	140	130	182	
Компот из сухофруктов	150	132	180	158	
Хлеб ржаной	30	52	37.5	65	
Итого за обед	540	630	698	805	50.69%
ПОЛДНИК					
Салат овощной "степной"	125	115	125	115	
Сдоба обыкновенная	50	141	60	169	
Чай с сахаром	150	46	180	55	
Хлеб пшеничный	10	20	15	29	
Итого за полдник	335	322	380	368	23.17%
Итого за день	1300	1296	1568	1588	100%

Повар: *Колосова* Колосова К.А.

Калькулятор: *Денисова* Денисова Е.С.

Алкоголь не подлежит ответственности