

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ д/с №80
_____ Е.Д.Беспалова

1 день 10-ти дневного меню (ЯСЛИ)-14.07.2025

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда, (г)	Энерг, ценность (ккал)
Завтрак	Яйцо варёное	1 шт	62
	Батон с маслом (сливочным)	30/5	137,5
	Икра (кабачковая)	60	95,2
	Чай с сахаром	150	56,6
Итого за завтрак		245	256,1
Второй завтрак	Сок яблочный	100	42
Итого за второй завтрак		100	42
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	138
	Капуста тушёная(без томата)	120	136,47
	Тефтели (говядина)	60	164,85
	Компот из сухофруктов	150	80
	Хлеб пшеничный	30	73,5
	Хлеб ржаной	40	95
Итого за обед		560	687,8
Полдник	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	120
	Молоко кипячёное	150	98
Итого за полдник		300	218
Ужин	Булочка из сдобного теста	60	280
Итого за ужин		60	280
Итого за день		1,265	1,483
	Стоимость дня	161,00	руб.