

«5» марта 2022г.

Директор

Ю.И. Иванова

Ежедневное меню

МОУ «ЦО №2» г. Ясногорска

структурное подразделение Детский сад «Светлячок»

	Наименование блюда	Выход блюда (от 1 до 3-х лет) (гр.)	Выход блюда (от 3 до 7 лет) (гр.)	Энергетическая ценность(ккал)	
Завтрак:	Каша манная молочная	160	200	166	178,3
	Кофейный напиток с молоком	160	180	135,9	145,8
	Бутерброд с маслом	36	47	78	108
Итого:				379,9	432,1
2-й Завтрак:	Компот из свежих яблок	160	180	75	100
Итого:				75	100
Обед:	Соленый огурец	45	50	6,3	8,4
	Свекольник на мясном бульоне	185	206	68,18	90,9
	Котлета рыбная, картофельное пюре, соус томатный	60/145/25	75/150/30	123,9/103,1/33	138,8/107,2/33
	Напиток лимонный	160	180	18,32	24,43
	Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
Итого:				405	472,33
Полдник:	Яйцо вареное	40	40	63	63
	Салат из кукурузы консервированной	45	60	44,45	59,26
	Чай с сахаром	160	180	39,8	45,8
Итого:				147,25	168,06
Итого за день:				1307,15	1522,49