



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №15
г. Невинномыска
Е. В. Зацепкина

Меню на «29» июля 2025год.

Наименование блюда	Масса порций	Калорийность порций
	ясли / сад	ясли / сад
Завтрак		
Каша молочная пшеничная жидкая 1/2	150/200	155,1/202,0
Хлеб пшеничный	20/30	40,6/60,9
Повидло	10/20	24,5/49
Кофейный напиток с молоком	150/-	8,53/-
Кофейный напиток без молока	-/200	-/29,6
Всего:	330/450	228,2/292,5
Второй завтрак		
Сок	100/100	46/46
Обед		
Щи из свежей капусты с картофелем	150/200	54,9/73,1
Сметана	5/7	8/11,2
Котлета рубленая из птицы	60/80	118,1/155,1
Свекла тушёная	120/150	100/127,6
Огурец свежий	10/-	1,5/
Горошек консервированный	-/30	
Хлеб Российский	40/50	76,0/95,0
Хлеб пшеничный	-/20	-/40,6
Компот из с/сухофруктов	150/180	43,0/49,4
Всего:	5315/617	401,5/552
Полдник		
Омлет натуральный	100/110	162,2/174,6
Пюре картофельное	120/150	122,1/152,3
Чай	150/180	22,6/30,2
Огурец свежий	10/20	1,5/3,0
Хлеб пшеничный	20/20	40,6/40,6
Всего:	400/480	348,9/400,7
Ужин		
Кефир	150/200	76,5/102
Печенье	22/22	102,4/102,4
Всего	172/222	178,9/204,4