

МЕНЮ

МБДОУ ДСКВ № 14 г.Ейска (3-7 лет)

25.07.2025 г. 2 неделя 10 день

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции	Б	Ж	У	ККал
Завтрак						
151	Омлет натуральный	120	10	17	3	206
68	Икра кабачковая (готовый продукт)	50	1	4	5	46
80	Бутерброд с сыром	36	3		12	98
10	Хлеб пшеничный	20	1		8	38
70	Чай с сахаром	200			15	45
Итого за завтрак			15	21	43	433
Второй завтрак						
154	Яблоки свежие	100			10	49
Итого за завтрак 2					10	49
Обед						
214	Икра свекольная	50	1	3	9	55
120	Суп из овощей	180	1	3	11	73
213	Зразы рыбные	80	7	5	5	133
84	Картофельное пюре	130	3	4	21	128
71	Хлеб пшеничный	20	1		8	38
11	Хлеб ржаной	30	3		13	68
92	Компот из сухофруктов	180			24	98
Итого за обед			16	15	91	593
Полдник						
106	Печенье	50	1	3	42	302
2	Молоко кипяченое	180	5	9	7	94
Итого за полдник			6	12	49	396
Итого за день			37	48	193	1471

