

# МЕНЮ

МБДОУ ДСКВ № 14 г.Ейска (1,5 – 3 года)

30.06.2025 г. 1 неделя 1 день

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции	Б	Ж	У	ККал
<b>Завтрак</b>						
107	Яйцо отварное	30	3	4		47
167	Каша пшеничная вязкая	100	2	3	18	99
3	Бутерброд с маслом	25	1	3	8	68
10	Хлеб пшеничный	10	1		8	19
4	Чай с сахаром	150			10	52
<b>Итого за завтрак</b>			<b>7</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>285</b>
<b>Второй завтрак</b>						
170	Яблоки свежие	100			10	46
<b>Итого за завтрак 2</b>					<b>10</b>	<b>46</b>
<b>Обед</b>						
215	Салат из квашенной капусты	40		2	2	25
8	Рассольник Ленинградский	150	1	3	10	74
9	Жаркое по-домашнему	180	9	7	19	207
71	Хлеб пшеничный	20	1		8	19
11	Хлеб ржаной	30	2		9	47
24	Компот из яблок	150			17	72
<b>Итого за обед</b>			<b>13</b>	<b>12</b>	<b>65</b>	<b>444</b>
<b>Полдник</b>						
14	Пирожок с яблоком	60	3	3	20	127
2	Молоко кипяченое	150	4	4	7	78
<b>Итого за полдник</b>			<b>7</b>	<b>7</b>	<b>27</b>	<b>205</b>
			<b>27</b>	<b>29</b>	<b>146</b>	<b>980</b>

