

МЕНЮ

МБДОУ ДСКВ № 14 г.Ейска (3-7 лет)

06.06.2025 г. 1 неделя 5 день

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции	Б	Ж	У	ККал
Завтрак						
151	Омлет натуральный	120	10	17	3	206
68	Икра кабачковая	50	1	4	4	43
3	Бутерброд с маслом	25	1	4	9	79
10	Хлеб пшеничный	20	1		9	42
4	Чай с молоком	180	1	1	14	61
Итого за завтрак			14	26	39	431
Второй завтрак						
164	Сок фруктовый	180	1		18	81
Итого за завтрак 2			1		18	81
Обед						
21	Икра свекольная	50	1	3	10	59
48	Суп картофельный с перловкой	180	1	4	13	78
104	Рыба, тушенная с овощами	100	6	5	6	114
105	Картофель отварной	130	2	4	17	127
71	Хлеб пшеничный	20	1		9	42
11	Хлеб ржаной	30	2		12	64
76	Компот из яблок	180	1		21	88
Итого за обед			14	16	88	572
Полдник						
106	Печенье	50	1	3	42	302
27	Кефир	180	5	5	7	92
Итого за полдник			6	8	49	394
Итого за день			35	50	194	1478

