


 «Утверждаю»
 Заведующий МДОУ ВМР
 «Детский сад № 20 «Островок»
 Д.А. Саенко


МЕНЮ

На 31 января 2025 года

Наименование продукта	Выход		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак				
Каша «Геркулес» молочная	150	200	124.68	166.25
Бутерброд с маслом	25	35	105.7	136.0
Кофейный напиток с молоком	160	180	80.88	90.99
Обед				
Соленый огурец	20	30	6,0	7,0
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	180	200	84.8	94.23
Рыбная котлета	60	70	95.8	134.13
Макароны отварные со сл.маслом	130	150	147.58	174.42
Компот из смеси сухофруктов	150	180	84.75	101.7
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/30	47.3/34.66	47.3/52.0
Полдник				
Ватрушка с творогом	60	70	225.42	298.0
Чай с сахаром	150	180	33.3	39.96
Ужин				
Капуста тушеная	150	200	208,5	278,0
Чай с сахаром	180	200	39.96	44.4
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/20	47.3/34.66	47.3/34.66

Рекомендации родителям

На вечерний прием пищи: фрукты, йогурт.

Медсестра  Ю.В Ирейкина