

Утверждаю

Заведующий МБДОУ  
Таптинского д/с «Колокольник»  
Храмкова И.М.

Меню на 10 марта 2025 год (1 неделя)

| Режимный момент    | Наименование блюда           | Выход блюда (г) |         | Калорийность |         |
|--------------------|------------------------------|-----------------|---------|--------------|---------|
|                    |                              | 2-3 года        | 3-7 лет | 2-3 года     | 3-7 лет |
| Завтрак            | Каша гречневая с маслом      | 175             | 192     | 185,35       | 202,8   |
|                    | Чай с лимоном                | 150             | 180     | 34,17        | 41,004  |
|                    | Бутерброд с маслом           | 20/5            | 23/5    | 85           | 106,25  |
| 2 завтрак<br>10.00 | Фрукты свежие                | 100             | 100     | 43           | 43      |
| Обед               | Борщ с капустой и картофелем | 150             | 200     | 61,5         | 82      |
|                    | Жаркое по-домашнему          | 100             | 150     | 181,35       | 272,025 |
|                    | Зеленый горошек              | 30              | 40      | 31,15        | 46,73   |
|                    | Хлеб ржаной                  | 29              | 36      | 49,62        | 66,16   |
|                    | Хлеб пшеничный               | 20              | 30      | 42,72        | 42,72   |
|                    | Сок фруктовый                | 150             | 180     | 89,75        | 107,7   |
| Полдник            | Яйцо отварное                | 40              | 40      | 63           | 63      |
|                    | Икра кабачковая              | 30              | 40      | 82,6         | 97,63   |
|                    | Хлеб пшеничный               | 20              | 20      | 42,72        | 42,72   |
|                    | Кофейный напиток             | 150             | 180     | 70           | 84      |

Завхоз  Копейкина Е.В.