

# Ежедневное меню основного (организованного) питания



**11 марта 2025**

**9 группа**


<b>Завтрак 8:30</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>	<b>Вит С мг</b>
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Хлеб с маслом	25	3,9	7,7	23,6	181	0
Какао с молоком	150	1,4	1,4	11,2	61	0,25
<b>Обед 12:00</b>						
Салат из отварной свеклы и растительным маслом	30	1,0	4,0	6,2	64	18,3
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	1,7	1,1	11,4	2,36	0,6
Биточки (котлеты) рыбные	60	13,1	12,9	6,5	192	0,9
Пюре картофельное с морковью	110	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Компот из сухофруктов	150	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	30	2,0	3,7	13,2	90	0
<b>Уплотненный полдник 15:30</b>						
Суфле из печени	60	0,11	0,41	0,15	97,98	0,3
Макароны отварные	110	4	3	1,5	170	0,2
Чай	150	0	0	9,1	35	0,9
Хлеб пшеничный	15	2,0	3,7	13,2	90	0
Печенье	12	5,3	3,9	33,8	188	0,2
Яблоко	1шт					
		<b>51,9</b>	<b>58,9</b>	<b>227</b>	<b>1887</b>	

**Рекомендации на домашний ужин:  
Молоко или кисломолочные продукты  
Приятного аппетита!**

Цена дня: 125,56руб



# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО (Организованного) Питания

Утверждаю:   
Заведующий МАДОУ-  
детского сада № 106  
Ю.А.Баранова  
11.03.2025 г.

11 марта 2025

Завтрак 8:30	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Хлеб с маслом	40	3,9	7,7	23,6	181	0
Какао с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Второй завтрак 10:30 Яблоко	1шт					
Обед 12:00						
Салат из отварной свеклы и растительным маслом	50	1,0	4,0	6,2	64	18,3
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,7	1,1	11,4	2,36	0,6
Биточки (котлеты) рыбные	70	13,1	12,9	6,5	192	0,9
Пюре картофельное с морковью	130	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	0
Уплотненный полдник 15:30						
Печень в молочном соусе	80	6,8	14,1	2,3	169	0,4
Макароны отварные	130	9,8	13,1	1,7	164	0,3
Чай	180	0	0	9,1	35	0,9
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	0
Печенье	20	5,3	3,9	33,8	188	0,2
		51,9	58,9	227	1887	

**Рекомендации на домашний ужин:**  
**Молоко или кисломолочные продукты**  
**Приятного аппетита!**

Цена дня: 153,55руб