

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад № 16 «Голосок»
 Т.Л.Плужникова
 Меню на 24.03.2026 года

	Наименование	Выход ясли, гр	Калори и, Ккал	Выход детский сад, гр	Калории Ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	152	200	172
	Какао с молоком	150	128	180	153
	Хлеб пшеничный	30	68,1	40	90,8
	Масло сливочное	4	26	5	33
2-й завтрак	Фрукты свежие	90	47		47
Обед	Огурец соленый	30	2,1	43	2,8
	Борщ с мясом со сметаной	150/15/8		200/15/10	92
	Котлета из рыбы любительская	60	83	70	96
	Картофельное пюре	120	110	150	137
	Компот из сухофруктов	150	96	180	115
	Хлеб ржаной	40	85,6	50	107
	Винегрет овощной	100	92	150	174,61
Полдник	Чай с сахаром	150	39	180	41
	Хлеб пшеничный	30	68,1	40	90,8