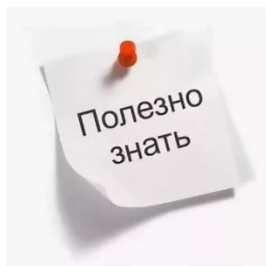




МЕНЮ НА 20.05.2025 год (7 ДЕНЬ) МБДОУ №13

Наименование блюда	Объем, (грамм)	Ккал блюд	
Завтрак			
<i>Каша Дружба</i>	150/200	142,95/190,6	
<i>Какао с молоком</i>	180/200	84,6/94	
<i>Бутерброд с маслом и сыром</i>	35/40	129,38/158,43	
Обед			
<i>Салат из свежих огурцов и помидор</i>	40/60	28,56/42,84	
<i>Суп картофельный с горохом</i>	160/180	86,24/97,02	
<i>Печень, тушенная в сметанном соусе</i>	50/60	103,75/124,5	
<i>Картофельное пюре</i>	110/130	100,65/118,95	
<i>Компот из сухофруктов</i>	180/220	130/160,66	
<i>Хлеб ржаной</i>	20/30	40/60	
Полдник			
<i>Ряженка</i>	170/240	95,37/134,64	
<i>Пряник</i>	30/40	109,8/146,4	
Ужин			
<i>Запеканка творожная</i>	125/150	190,83/229	
<i>Соус вишневый</i>	30/35	86/99,76	
<i>Чай с сахаром</i>	200	44,4	
<i>банан</i>	60/60	114/114	



Творог – ценный продукт питания, особенно для детей. Пятую часть в нем занимают белки, которые помогают нам быстрее расти. В твороге много кальция и фосфора – эти минералы нужны для того, чтобы кости и зубы были здоровыми и крепкими.