



Меню на 22.04.2025г. (день 7) МБДОУ № 52

Наименование блюда	Выход	Ккал	Замена аллергикам
Каша геркулесовая	135/170	136/181	Каша б/молока
Чай с сахаром	180/200	40/44	
Бутерброд с сыром	36/40	115/140	Бутерброд с маслом
10 часов			
Груша	150/180	69/82	
Обед:			
Салат из помидор с перцем	40/60	31/46	
Свекольник на м/б-не.	150/200	56/75	Суп из овощей на м/б
Запеканка картофельная с печенью/соус.	170/220	210/266	Жаркое по домашнему
Компот из черной смородины	150/180	68/81	Чай с сахаром
Хлеб ржаной	40/40	80/80	
Полдник:			
Простокваша	200/220	101/111	Чай с сахаром, сок
Печенье	25/36	104/145	Батон нарезной
Ужин:			
Голубцы ленивые с мясом	170/210	232/287	Мясо с рисом
Соус томатный	40/40	21/21	Масло сливочное
Хлеб	20/30	47/71	
Чай с лимоном	180/200	41/45	Чай с сахаром

Полезно знать!

Кефир – один из наиболее полезных кисломолочных продуктов для детей.

Этот натуральный антиоксидант оказывает благоприятное воздействие на состояние пищеварительной системы, нормализует микрофлору кишечника и укрепляет иммунитет. Продукт содержит значительное количество кальция и фосфора, витамин А, D.

Кефир – натуральный пробиотик.