**МЕНЮ *на 28.03.2025г.***

***День 10 МАДОУ №63 (ясли-сад)***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход | Ккал | Замена |
| ***ЗАВТРАК:*** | | | |
| Каша манная, молочная, жидкая | 150/180 | 156,7/188,1 | Каша рисовая, жидкая, без молока |
| Чай с лимоном | 180/200 | 36/40 | Чай с сахаром |
| Печенье | 30/30 | 124,2/124,2 |  |
| ***10.00*** | | | |
| Виноград | 110/130 | 75,9/89,7 | Яблоко |
| ***ОБЕД:*** | | | |
| Томаты в с/соку | 40/50 | 12,8/16 | Огурец консервированный |
| Суп - харчо | 150/200 | 61/81,4 | Суп картоф.с крупой на мясн.бульоне |
| Жаркое по домашнему | 180/180 | 328,3/328,3 |  |
| Компот из кураги | 150/180 | 84,7/101,7 |  |
| Хлеб ржаной | 30/40 | 66,9/80 |  |
| ***ПОЛДНИК*** | | | |
| Молоко | 200/220 | 120/132 | Чай с сахаром |
| Батон нарезной | 45/50 | 117,9/131 |  |
| ***УЖИН:*** | | | |
| Салат из зеленого горошка | 40/50 | 33,4/41,8 |  |
| Рыба запеченная в омлете | 150/170 | 210/238 | Макароны отв., мясо тушеное |
| Напиток шиповника | 180/200 | 79/87,7 | Чай с сахаром |
| Хлеб пшеничный | 30/30 | 71,4/71,4 |  |