

# МЕНЮ

«Утверждаю»  
 заведующий МБДОУ ЦРР ДС № 33  
  
 А.А. Аленицкая

Дата 10.03.2026

МЕНЮ на 11.03.2026

Калорийность

ВЫХОД

## ЗАВТРАК

Ясли

Сад

Каша Геркулес молочная	157,5	210,0	150/200
Какао с молоком	105,51	136,9	180/200
Батон	78,3	78,3	30/30
Масло сливочное	44,82	59,76	6/8
Итого	<b>386,13</b>	<b>484,96</b>	

## 2 ЗАВТРАК – 10 часов

Сок	<b>39,0</b>	<b>39,0</b>	100/100
-----	-------------	-------------	---------

## ОБЕД

Суп гороховый	170,21	188,16	180/200
Рис отварной	169,5	169,5	150/150
Котлета рыбная	214,54	276,42	70/80
Соус томатный	31,4	31,4	30/30
Салат огурец и зеленый горошек консервированный			50/60
	23,77	29,54	
Компот из сухофруктов	46,74	57,4	180/200
Хлеб	63,00	73,5	30/35
Итого	<b>719,16</b>	<b>825,92</b>	

## ПОЛДНИК

Пирожок с джемом	214,0	245,0	70/80
Кисель из концентрата	54,0	60,0	180/200
Итого	<b>268,0</b>	<b>305,0</b>	

## УЖИН

Салат Степной	188,23	188,23	200
Чай	38,0	38,0	200
Хлеб	73,5	73,5	35
Итого	<b>300,43</b>	<b>300,43</b>	
Общее количество за день	<b>1712,72</b>	<b>1955,31</b>	

