



**Меню приготавливаемых блюд  
МБДОУ №37  
Понедельник 31 марта 2025г.**

| Прием пищи         | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--------------------|------------------------------------------------|----------------|------------------|------|-------|--------------------------------------|----------------|
|                    |                                                |                | Б                | Ж    | У     |                                      |                |
| <b>Завтрак</b>     | Каша «Дружба» с маслом                         | 200            | 5,5              | 8,77 | 29,27 | 213                                  | 84             |
|                    | Кофейный напиток с молоком                     | 200            | 2,85             | 2,41 | 14,36 | 191                                  | 395            |
|                    | Хлеб пшеничный с маслом                        | 30             | 1,71             | 5,28 | 10,23 | 102,3                                | 1023           |
| <b>2-й завтрак</b> | Сок                                            | 97             | 0,37             | 0    | 7,57  | 32                                   | -              |
| <b>Обед</b>        | Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 250            | 8,6              | 8,4  | 14,33 | 167                                  | 87             |
|                    | Котлеты мясная                                 | 70             | 11,92            | 8,8  | 11,64 | 173                                  | 282            |
|                    | Горошница с маслом                             | 150            | 46,3             | 3,5  | 18,8  | 170                                  | 211            |
|                    | Компот из сухофруктов                          | 200            | 0,44             | 0    | 27,76 | 113                                  | 376            |
|                    | Хлеб пшеничный                                 | 81             | 4                | 1,59 | 29,6  | 160,8                                | 52             |
| <b>Полдник</b>     | Булочка домашняя                               | 60             | 3,64             | 6,26 | 26,96 | 179                                  | 469            |
|                    | Чай с сахаром                                  | 200            | 2,67             | 2,34 | 14,31 | 89                                   | 394            |
| <b>Ужин</b>        | Рыба запеченная в омлете                       | 150            | 11,11            | 3,82 | 2,24  | 82                                   | 249            |
|                    | Какао с молоком                                | 200            | 3,19             | 2,72 | 22,97 | 125,28                               | 248            |
|                    | Хлеб пшеничный                                 | 20             | 1,53             | 0,53 | 10,46 | 56,6                                 | 52             |