

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «ДС №33 «Незабудка»  
Н. Н. Чайникова

# МЕНЮ на 16 декабря 2025 год

## Завтрак

1. Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с маслом сливочный 30/10

## Завтрак № 2 10.00

1. Сок 200

## Обед

1. Салат из моркови с сахаром 60
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 180/7

3. Гуляш из отварной говядины 40/40
4. Каша гречневая с маслом сливочным 130/3
5. Кисель 180
6. Хлеб пшеничный, ржаной 35/45

## Полдник

1. Ряженка 180
2. Вафли 20

## Ужин

1. Королевская ватрушка 150
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7

| Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|-------|-------|----------|---------|
| 66,90 | 58,03 | 274,12   | 1905,49 |

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «ДС №33 «Незабудка»  
Н. Н. Чайникова

# МЕНЮ на 16 декабря 2025 год

## Завтрак

1. Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 140/3
2. Какао с молоком 180/6
3. Бутерброд с маслом сливочный 25/5

## Завтрак № 2 10.00

1. Сок 200

## Обед

1. Салат из моркови с сахаром 40
2. Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной 150/5

3. Гуляш из отварной говядины 40/40
4. Каша гречневая с маслом сливочным 130/3
5. Кисель 150
6. Хлеб пшеничный, ржаной 35/45

## Полдник

1. Ряженка 150
2. Вафли 20

## Ужин

1. Королевская ватрушка 150
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7

| Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|-------|-------|----------|---------|
| 55,94 | 49,39 | 231,44   | 1607,10 |