



УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад «Теремок» с. Раздолье»  
Н.В. Михайлишин  
Приказ № 282 от 15.10.2025

## МЕНЮ

**22 декабря 2025 г**

*на завтрак мы будем кушать*

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда	Ккалории
1	Каша молочная жидкая манная	170/210	118/146
2	Бутерброд с джемом	40/45	117/132
3	Чай с лимоном	150/180	29/41

2-й завтрак

1	Фрукты по сезону	95/100	27/29
---	------------------	--------	-------

*а на обед мы будем кушать*

1	Салат из зеленого горошка	40/60	33/50
2	Рассольник Ленинградский	150/200	72/96
3	Картофельное пюре	120/150	110/137
4	Котлета рыбная любительская	80/60	84/116
5	Хлеб пшеничный	10/20	36/45
6	Хлеб ржаной	30/40	63/79
7	Компот из свежих ягод	150/180	70/81

*и на полдник будем кушать*

1	Омлет «Драчена»	65/85	120/160
2	Винегрет овощной	80/80	95/95
3	Чай с сахаром	150/180	28/41