

| | № | Наименование блюда | От 1,5 до 3 лет | | | | | от 3 до 7 лет | | | | |
|---------|---|--------------------------------------|-----------------|-------|------|--------|--------|---------------|-------|-------|--------|--------|
| | | | Выход | б | ж | у | ккал | Выход | Б | ж | у | ккал |
| завтрак | 1 | Каша молочная пшенная | 150 | 6,24 | 7,59 | 28,83 | 206,2 | 200 | 8,17 | 10,17 | 37,67 | 274,84 |
| | 2 | Чай с сахаром | 150 | 2,5 | 2 | 8,3 | 60,8 | 180 | 2,14 | 6,8 | 13,16 | 122,4 |
| | 3 | Бутерброд маслом | 20/5 | 1,53 | 4,72 | 9,14 | 85 | 30/5 | 3 | 2,4 | 9,96 | 72,96 |
| обед | 1 | Суп картофельный с рисовой крупой | 150 | 1,18 | 1,64 | 8,75 | 54,45 | 200 | 1,57 | 2,18 | 11,67 | 72,6 |
| | 2 | Котлета рыбная любительская (минтай) | 65 | 8,32 | 2,64 | 3,96 | 72,8 | 65 | 8,32 | 2,64 | 3,96 | 72,8 |
| | 3 | Каша перловая рассыпчатая | 120 | 3,54 | 4,22 | 24,4 | 149,7 | 150 | 4,43 | 5,26 | 30,5 | 187,1 |
| | 4 | Компот из сухофруктов | 150 | 0,4 | 0 | 14,9 | 60,8 | 180 | 0,48 | 0 | 17,88 | 72,96 |
| | 5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,8 | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 118 |
| полдник | 1 | Булочка «Дорожная» | 60 | 4,06 | 8,37 | 31,28 | 217,2 | 60 | 4,06 | 8,37 | 31,28 | 217,2 |
| | 2 | Чай с сахаром | 150 | 0,1 | 0 | 4,8 | 19,6 | 180 | 0,12 | 0 | 5,76 | 23,52 |
| | | ИТОГО за день: | | 22,48 | 22,1 | 131,49 | 815,35 | | 25,86 | 25,93 | 153,98 | 954 |



Утверждаю Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ
«10» октября 2024 г.
(№ 8 день примерного 10 дневного меню
горячего завтрака, обеда, полдника на
2024/25 года)