

	№	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 манная	150/5	6,13	7,63	28,25	206,13	200/5	8,17	10,17	37,67	274,84
	2	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,4	37,7	180	1,32	0,96	7,68	45,24
	3	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30	2,14	6,8	13,16	122,4
2 завтрак												
		Сок	100	0,05	0	10,1	42,2	100	0,05	0	10,1	42,2
обед	1	Суп с крупой пшениной	150	5,93	2,88	9,33	86,75	200	7,91	3,84	12,44	132,25
	2	Биточки из окорочков	60	8,56	8,56	7,9	144,19	60	8,56	8,56	7,9	144,19
	3	Макароны отварные	120	4,3	3,9	26,2	157,4	150	5,38	4,88	32,75	196,75
	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 «Домашняя»	60	8,85	5,54	5,26	183,6	60	10,33	6,46	6,14	214,2
	3	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
	ИТОГО за день:		1220	49,24	42,36	136,32	1199,33	1445	65,8	56,23	185,84	1682,86



Утверждаю: Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ
«11» марта 2024г. (№ 4
день примерного 10
дневного меню горячего
завтрака, обеда, полдника
на 2024 год)