

	№	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 рисовая	150/5	3,84	4,96	24,46	157,6	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13
	2	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
	3	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30	2,14	6,8	13,16	122,4
		<b>2 ЗАВТРАК</b>										
		Сок	100	0,05	0	10,1	42,2	100	0,05	0	10,1	42,2
обед	1	Суп гороховый	150	1,4	2,33	8,17	59,27	200	1,87	3,11	4,93	106,21
	2	Котлеты рыбные	65	8,87	1,65	5,81	73,55	65	8,87	1,65	5,81	73,55
	3	Каша перловая	120	3,6	4,5	21,3	139	150	4,5	5,63	26,63	173,75
	4	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,85	30	0,16	1,1	1,57	16,85
	4	Кисель	150	0	0	7,5	89,25	180	0,5	0	25,1	102,4
	5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
полдник	1	Булочка «Ванильная»	60	8,81	5,45	35	215,2	70	10,3	6,4	40,8	251,07
	2	Чай с сахаром						180	0,12	0	5,76	23,52
	3	Молоко кипяченое	150	5,5	4,9	9,08	102					
		<b>ИТОГО за день:</b>	<b>1185</b>	<b>33,62</b>	<b>27,39</b>	<b>157,39</b>	<b>1059,57</b>	<b>1470</b>	<b>43,04</b>	<b>37,51</b>	<b>215,5</b>	<b>1422,67</b>



Утверждаю Заведующий  
МБДОУ «Детский сад  
«Алёнка»



Еременко Т.А.

**МЕНЮ**

**«14» марта 2024г.**

**(№ 7 день примерного 10 дневного  
меню горячего завтрака, обеда,  
полдника на 2024 года)**