

	№	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 пшеничная	150/5	4,53	5,45	25,71	170,37	200/5	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
	2 завтрак											
		Яблоко	80	0,32	0,32	7,84	35,2	80	0,32	0,32	7,84	35,2
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	Запеканка картофельная с курицей	120	14,1	13,8	15,9	245,2	165	12,13	9,5	25,7	237
	3	Компот из сухофруктов	150	0,4	0	14,9	60,8	200	0,48	0	17,88	72,96
	4	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:		1070	31,32	36,06	142,09	1018,12	1395	38,11	41,24	196,6	1373,54



Утверждаю Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«15» марта 2024г.

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