

	№	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 ячневая	150/4	9,8	13,94	41,73	331,58	200/5	13	18,59	55,64	442,31
	2	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
	3	Хлеб пшеничный	20	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 картофельный с мясными фрикадельками	150	6,48	3,24	10,43	96,75	200	8,64	4,32	13,91	129
	2	Птица тушеная	60	12,77	10,94	3,52	165	80	13,8	11,84	3,8	178,8
	3	Соус томатный	50	0,26	1,8	2,62	28,08	50	0,26	1,8	2,62	28,08
	4	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,5	4,17	24	155,83	150	8,25	6,26	36	233,75
	5	Компот из сухофруктов	150	0,4	0	14,9	60,8	180	0,48	0	17,88	725,96
	6	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
полдник	1	Пирожок печеный с капустой	60	6,5	2,7	22,42	140,4	60	6,5	2,7	22,42	140,4
	3	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,04	0,012	8,39	33,57
		ИТОГО за день:	1159	49,06	45,09	170,67	1284,94	1480	62,63	59,02	225,56	1749,89



Утверждаю Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«20» мая 2024г.
(№ 6 день примерного
10 дневного меню горячего
завтрака, обеда, полдника
на 2024 год)