

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