

	№	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	Омлет натуральный	80	6,8	9,52	1,68	120,08	80	5,8	8,52	1,68	120,08
	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
		2 завтрак										
		Сок	100	0,05	0	10,1	42,2	100	0,05	0	10,1	42,2
	1	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,87	2,08	13,88	89,7	200	2,27	2,29	17,41	99,27
	2	Тефтели из курицы	60	8,56	8,56	7,9	144,19	60	8,56	8,56	7,9	144,19
	3	Каша гречневая	100	5,5	4,17	24	155,83	150	8,25	6,26	36	23,75
	4	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,85	30	0,16	1,1	1,57	16,85
	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	Коржики молочные	75	4,89	8,43	46,48	281	75	4,89	8,43	46,48	281
	2	Чай	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
		ИТОГО за день:	1075	38,53	42,71	154,52	1152,43	1310	42,44	48,15	194,04	1453,5



Утверждаю: Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«21» марта 2024 г.

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