

	№	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	Макароны отварные с сыром	120/10	6,3	5,4	22,9	166,2	150/10	7,88	6,75	28,63	207,75
	2	Хлеб пшеничный	20	1,53	4,72	9,14	85	30	2,14	6,8	13,16	122,4
	3	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6	180	0,12	0	5,76	23,52
	1	Винегрет	40	0,47	0,38	2,68	44,7	50	0,59	4,47	3,33	56
О Б Е Д	2	Суп картофельный с гречневой крупой	150	1,18	1,64	8,75	54,45	200	1,57	2,18	11,67	72,6
	3	Плов из курицы	120	16,4	4,8	19,9	188,8	200	28,7	8,4	34,83	330,4
	4	Кисель	150	0	0	7,5	89,25	180	0,4	0,018	25,24	102,72
	5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
полдник	1	Пирожок печеный с картофелем.	45/19	4,64	3,89	28,9	169,3	45/19	4,68	4,72	32,34	191,7
	2	Чай с сахаром						180	0,12	0	5,76	23,52
	3	Молоко кипяченое	150	5,5	4,9	9,08	102					
		ИТОГО за день:		37,77	28,6	149,04	1064,08		48,26	31,728	184,09	1522,95



Утверждаю: Заведующий МБДОУ «Детский сад «Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«24» марта 2025 г.

(№ 1 день примерного 10 дневного меню горячего завтрака, обеда, полдника на 2024/25года)