

	№	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 манная	150	4,02	4,31	18,97	130,6	200	5,35	5,74	25,29	174,3
	2	Чай с сахаром	150	2,5	2	8,3	60,8	180	3	2,4	9,96	72,96
	3	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	1	Салат «Степной»	40	1,12	2,86	2,16	46,8	50	1,39	3,58	5,2	58,7
	2	Суп картофельный с крупой	150	1,31	1,7	8,57	54,9	200	1,74	2,26	11,43	73,2
	3	Котлета рыбная любительская (минтай)	65	8,32	2,64	3,96	72,8	65	8,32	2,64	3,96	72,8
	4	Горошница	120	11,6	1	27	163,8	150	14,5	1,25	33,75	204,75
Обед	5	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,85	30	0,16	1,1	1,57	16,85
	6	Кисель	150	0	0	7,5	89,25	180	0,5	0	25,1	102,4
	7	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	1	Печенье	45	3,42	4,41	33,48	187,65	45	3,42	4,41	33,48	187,65
полдник	2	Чай с сахаром						180	0,12	0	5,76	23,52
	3	Молоко кипяченое	150	4,4	4,8	7,05	88,8					
		ИТОГО за весь день:		35,41	23,89	150,43	957,65		36,74	22,71	167,66	1023,57



Утверждаю: Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«31» октября 2024 г.

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