

| | № | 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

«4» апреля 2024 г.

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