

	№	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	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	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
		2 завтрак										
		Сок	100	0,05	0	10,1	12,2	100	0,05	0	10,1	42,2
	1	Суп картофельный с гречневой крупой	150	1,18	1,64	8,75	54,45	200	1,57	2,18	11,67	72,6
	2	Плов из курицы	120	16,4	4,8	19,9	188,8	210	28,7	8,4	34,83	330,4
	3	Кисель	150	0	0	7,5	89,25	180	0,5	0	25,1	102,4
	4	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	4,64	3,89	28,9	169,3
	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:	1099	37,77	28,6	149,04	1064,08	1419	58,55	42,75	208,41	1522,95



Утверждаю: Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ

«5» марта 2024г.

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