

| | № | 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 ячневая | 150 | 5,44 | 6,99 | 25,55 | 186,7 | 200 | 7,25 | 9,31 | 34,06 | 249,1 |
| | 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 |
| | 1 | Винегрет | 40 | 0,47 | 3,58 | 2,68 | 44,7 | 50 | 0,59 | 4,47 | 3,33 | 56 |
| обед | 2 | Рассольник «Ленинградский» | 150 | 3,56 | 4,34 | 10,23 | 94 | 200 | 4,28 | 5,19 | 12,27 | 113 |
| | 3 | Плов из курицы | 120 | 16,4 | 4,8 | 19,9 | 188,8 | 210 | 28,7 | 8,4 | 34,83 | 330,4 |
| | 4 | Кисель | 150 | 0 | 0 | 7,5 | 89,25 | 180 | 0,5 | 0 | 25,1 | 102,4 |
| | 5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,8 | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 118 |
| полдник | 1 | Булочка «Ванильная» | 60 | 8,81 | 5,45 | 35 | 215,2 | 70 | 10,3 | 6,4 | 40,8 | 251,07 |
| | 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 день: | | 38,72 | 28,29 | 139,47 | 957,45 | | 58,35 | 41,188 | 209,46 | 1433,03 |



Утверждаю: Заведующий
МБДОУ «Детский сад
«Алёнка»



Еременко Т.А.

МЕНЮ
«09» октября 2024 г.
(№ 7 день примерного 10 дневного
меню горячего завтрака, обеда,
полдника на 2024/25 года)