

МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»

**пятница
10.01.2025**

Завтрак	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Каша жидкая манная	140/3	190/5
Какао с молоком	150	180
Яйцо вареное	40	40
Хлеб пшеничный	30	35

II - ой завтрак (10.00)	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Фрукты свежие (банан)	100	110

Обед	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Свекла отварная	30	50
Рассольник домашний на м/к бульоне со сметаной	150/5	180/8
Гуляш из отварного мяса	50	70
Каша гречневая рассыпчатая	110	130
Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	180
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

Полдник	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Ватрушка королевская с творогом	70	80
Чай с лимоном	150/3,5	180/7

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	(1-3 лет)	(3-7 лет)
энергетич.ценность	1153,7	1433,52
белки	69,4	83,96
жиры	43,1	53,20
углеводы	154,1	193,36