

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: _____

Утверждаю:

Бикулова Т.В.

Меню

28 октября 2024г

от 3 до 7 лет

Понедельник День 1	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
Завтрак	Макаронные изделия	180	138
	Яйцо варёное 1/2	20	31
	Бутерброд с маслом	25/5	109
	Чай с сахаром	200	33,6
2 завтрак 10 часов	Сок	100	43
Обед	Огурец солёный	20	4
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне со сметаной и гренками	180/8/ 20	204,86
	Ленивые голубцы	200	340
	Напиток из плодов шиповника	180	117,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9
Полдник	Шанежка с картофелем	70	190
	Какао с молоком	200	106,79

Итого калорийность: 1367,65

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: _____

Утверждаю:

Бикулова Т.В.

Меню

28 октября 2024г

от 1 до 3 лет

Понедельник День 1	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
Завтрак	Макаронные изделия	150	115
	Яйцо варёное 1/2	20	31
	Бутерброд с маслом	20/5	90,8
	Чай с сахаром	150	25,2
2 завтрак 10 часов	Сок	100	43
Обед	Огурец солёный	20	4
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне со сметаной и гренками	150/8/ 20	185,7
	Ленивые голубцы	150	255
	Напиток из плодов шиповника	150	97,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	49,9
Полдник	Шанежка с картофелем	60	175
	Какао с молоком	150	100,7

Итого калорийность: 1173,2