

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