

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: \_\_\_\_\_ Бикулова Т.В.

Утверждаю:

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: \_\_\_\_\_ Бикулова Т.В.

Утверждаю:

**Меню** 29 октября 2024г от 3 до 7 лет

Вторник День 2	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная жидкая	<b>200</b>	<b>134,23</b>
	Бутерброд с сыром	<b>25/5</b>	<b>119</b>
	Кофейный напиток с молоком	<b>200</b>	<b>84</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>96</b>
<b>Обед</b>	Зелёный горошек	<b>30</b>	<b>21,8</b>
	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	<b>200/8</b>	<b>193,3</b>
	Котлета мясная	<b>70</b>	<b>162</b>
	Соус томатный	<b>30</b>	<b>50,2</b>
	Макароны	<b>130</b>	<b>134,42</b>
	Компот из кураги и чернослива	<b>180</b>	<b>87,84</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
<b>Полдник</b>	Запеканка творожно-рисовая	<b>150</b>	<b>180</b>
	Соус молочный сладкий	<b>20</b>	<b>75</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	<b>33,6</b>

**Итого калорийность: 1421,29****Меню** 29 октября 2024г от 1 до 3 лет

Вторник День 2	Наименование блюд	Выход блюд	
		Вес, гр	Калор, кк
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная жидкая	<b>150</b>	<b>122,4</b>
	Бутерброд с сыром	<b>20/5</b>	<b>109</b>
	Кофейный напиток с молоком	<b>150</b>	<b>63</b>
<b>2 завтрак 10 часов</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>96</b>
<b>Обед</b>	Зелёный горошек	<b>30</b>	<b>21,8</b>
	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	<b>150/8</b>	<b>177,3</b>
	Котлета мясная	<b>50</b>	<b>115,7</b>
	Соус томатный	<b>30</b>	<b>50,2</b>
	Макароны	<b>110</b>	<b>113,74</b>
	Компот из кураги и чернослива	<b>150</b>	<b>73,2</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>40</b>	<b>49,9</b>
<b>Полдник</b>	Запеканка творожно-рисовая	<b>130</b>	<b>156</b>
	Соус молочный сладкий	<b>20</b>	<b>75</b>
	Чай с сахаром	<b>150</b>	<b>25,2</b>

**Итого калорийность: 1248,44**