

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

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

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

Итого калорийность: 1248,44