

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Бикулова Т.В.

**Меню** 31 октября 2024г от 3 до 7 лет

| Четверг<br>День 4     | Наименование блюд             | Выход блюд |              |
|-----------------------|-------------------------------|------------|--------------|
|                       |                               | Вес,гр     | Калор,<br>кк |
| Завтрак               | Каша овсяная "Геркулес"       | 200        | 108          |
|                       | Бутерброд с маслом            | 25/5       | 109          |
|                       | Кофейный напиток с молоком    | 200        | 84           |
| 2 завтрак<br>10 часов | Фрукт                         | 100        | 96           |
| Обед                  | Сельдь с луком                | 20         | 62           |
|                       | Суп- лапша на курином бульоне | 200        | 79           |
|                       | Рагу из овощей с мясом        | 150        | 178,8        |
|                       | Компот из кураги и чернослива | 180        | 101,7        |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный          | 40         | 49,9         |
| Полдник               | Сдоба обыкновенная            | 60         | 130          |
|                       | Чай с лимоном                 | 200/10     | 106,79       |

**Итого калорийность: 1105,19**

МДОУ Шелангерский д/с «Родничок»

Заведующий: \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Бикулова Т.В.

**Меню** 31 октября 2024г от 1 до 3 лет

| Четверг<br>День 4     | Наименование блюд             | Выход блюд |              |
|-----------------------|-------------------------------|------------|--------------|
|                       |                               | Вес,гр     | Калор,<br>кк |
| Завтрак               | Каша овсяная "Геркулес"       | 150        | 85           |
|                       | Бутерброд с маслом            | 20/5       | 90,8         |
|                       | Кофейный напиток с молоком    | 150        | 63           |
| 2 завтрак<br>10 часов | Фрукт                         | 100        | 96           |
| Обед                  | Сельдь с луком                | 20         | 62           |
|                       | Суп- лапша на курином бульоне | 150        | 65           |
|                       | Рагу из овощей с мясом        | 130        | 161,2        |
|                       | Компот из кураги и чернослива | 150        | 92,2         |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный          | 40         | 49,9         |
| Полдник               | Сдоба обыкновенная            | 50         | 120          |
|                       | Чай с лимоном                 | 150/7      | 79,7         |

**Итого калорийность: 997,2**