

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»



## МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 10

на 2 апреля 2025 г.

### ЗАВТРАК

№п/п	Наименование блюд	от 1,5 до 3 лет					от 3-7 лет				
		Выход блюд	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Выход блюд	Б	Ж	У	Энергетическая ценность
1	Каша молочная «Дружба»	150/4	4,81	6,66	25,11	179,11	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
2	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
3	Кофейный напиток	150	2,38	2,0	11,96	75,83	180	2,85	2,41	14,36	91
<b>2 ЗАВТРАК</b>											
1	Сок	100					100				
	итого		8,72	13,38	46,21	339,94		11,54	17,54	62,61	454,51

### ОБЕД

1	Салат «Степной»	30	0,84	3,04	5,16	51,54	60	0,84	3,04	5,16	51,54
2	Борщ с капустой и картофелем	150	1,14	4,0	6,49	66,67	200	1,25	5,33	8,65	88,89
3	Гуляш из отварного мяса	120	15,42	12,41	3,96	189	120	15,42	12,41	3,96	189
4	Макаронные отварные	120	4,39	3,36	21,09	132,38	150	4,76	4,2	26,37	165,48
5	Компот из сухофруктов	150	0,49	0,07	24	99,6	180	0,59	0,08	28,8	119,52
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		24,65	23,18	75,19	609,99		26,81	25,56	97,09	731,43

### ПОЛДНИК

1	Булочка «Домашняя»	60	4,37	7,07	36,8	228,2	70	5,09	8,24	42,9	266,23
2	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57
	итого		4,41	7,08	43,79	256,2		5,14	8,25	51,18	229,8