

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»



МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 3

на 7 апреля 2025г.

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 манная	150/5	4,65	6,04	23,32	166,52	200/5	7,05	12,6	1,42	147,76	
2	Какао с молоком	150	3,78	3,26	15,55	122,4	180	3,78	3,26	15,55	122,4	
3	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4	
	итого		9,96	14,02	48,01	373,92		12,97	22,66	30,13	392,56	
2 ЗАВТРАК												
1	Фрукты (яблоко)	100					100					

ОБЕД

1	Салат «Степной»	30	0,84	3,04	5,16	51,54	60	0,84	3,04	5,16	51,54
2	Рассольник Ленинградский	150	3,02	6,78	19,43	89,76	200	4,02	9,04	25,9	119,68
3	Рыбные хлебцы	65	10,4	9,09	5,82	146,38	75	9,45	3,05	6,37	90,92
4	Бобовые отварные	100	9,05	0,94	23,29	137,3	150	8,73	5,43	45	263,81
6	Кисель из концентрата	150	0	0	7,5	89,25	180	0	0	9	107,1
7	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		25,84	21,25	77,26	601,88		27,15	22,16	117,15	767,90

ПОЛДНИК

1	Булочка домашняя	60	8,85	5,54	5,26	183,6	70	10,33	6,46	6,14	214,2
2	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,9	0	18,18	76
	итого		8,89	5,55	12,25	211,6		11,23	6,46	24,32	290,2