

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»

МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 6

на 4 декабря 2024г.

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 ячневая	150/5	9,75	13,94	41,73	331,73	200/5	13	18,59	55,64	442,31
2	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
3	Чай сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57

2 ЗАВТРАК

1	Сок	100					100				
	итого		11,32	18,67	57,86	444,73		15,18	25,40	77,08	598,28

ОБЕД

1	Винегрет	30	0,42	1,85	2,5	28,44	60	0,84	3,71	5,06	56,88
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,98	3,11	9,27	81	200	5,3	4,15	12,36	108
3	Гуляш из отварного мяса	120	15,42	12,41	3,96	189	120	15,42	12,41	3,96	189
4	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,7	4,82	24,45	180,34	150	8,73	5,43	45	263,81
5	Компот из сухофруктов	150	0,49	0,07	24	99,6	180	0,59	0,08	28,8	119,52
6	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,48	10,02	52,2	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		28,38	22,74	74,2	630,58		34,83	26,28	119,33	855,21

ПОЛДНИК

1	Пирожок печеный с повидлом	60	7,56	3,42	21,78	147,6	60	7,56	3,42	21,78	147,6
2	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57
3											
	итого		7,6	3,43	28,77	175,6		7,61	3,43	30,06	181,17