

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»

МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 8

на 6 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 (вязкая) молочная пшеничная	150/4	4,07	3,17	25,04	144,75	200/5	5,43	4,23	33,38	193
2	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
3	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	102	180	3,78	3,26	15,55	122,4
2 ЗАВТРАК											
1	Сок	100	0,9	0	18,18	76	100	0,9	0	18,18	76
	итого		9,65	10,61	65,32	407,75		12,25	14,29	80,27	513,8

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 крупой	150	1,18	1,64	8,75	54,45	200	1,57	2,18	11,67	72,6
3	Жаркое по -домашнему	170	20,8	5,33	18,5	205	220	27,53	7,47	21,95	265
4	Компот из сухофруктов	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		24,81	8,46	51,23	386,69		33,94	13,87	71,11	546,05

ПОЛДНИК

1	Булочка «Молочная»	60	5,57	1,19	31,33	158,4	70	6,5	1,38	36,55	184,8
2	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57
	итого		5,61	1,2	38,32	186,4		6,55	1,39	44,83	218,37