

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»

## МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 9

на 20 мая 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	Омлет натуральный	80	7,05	12,6	1,42	147,76	80	7,52	13,46	1,51	157
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 с молоком	150	2,4	2,11	12,88	80,1	180	2,67	2,34	14,31	89
<b>2 ЗАВТРАК</b>											
1	Фрукты (яблоко)	100	0,42	0,42	10,29	49,14	100	0,42	0,42	10,29	49,14
	итого		11,4	19,85	33,73	362		12,75	23,02	39,27	417,54

### ОБЕД

1	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,44	1,57	2,93	28,26	60	0,89	3,14	5,87	56,52
2	Суп с макаронными изделиями	150	1,7	1,7	13,06	74,45	200	2,26	2,29	17,41	99,27
3	Тефтели из окорочка с рисом	70	9,16	13,53	9,44	196,14	70	9,16	13,53	9,44	196,14
4	Картофель в молоке	120	2,7	5,48	14,64	118,8	150	3,33	5,07	18,3	148,5
5	Кисель из концентрата	150	0	0	7,5	89,25	180	0	0	10	119
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		16,37	22,58	62,02	577,7		19,59	24,53	85,17	737,43

### ПОЛДНИК

1	Булочка «Осенняя»	60	4,37	7,07	36,8	228,2	70	5,1	8,25	42,87	266,2
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		5,15	8,26	51,15	299,77