

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Тугустемирский детский сад»

МЕНЮ – ТРЕБОВАНИЕ 4

на 02 ноября 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 пшенная	150/5	4,53	5,45	25,71	170,37	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16
2	Чай с молоком	150	2,4	2,11	12,88	80,1	180	2,67	2,34	14,31	89
3	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,72	9,14	85	30/5	2,14	6,8	13,16	122,4
	итого		8,46	12,28	47,73	335,47		10,85	16,41	61,76	438,56

2 ЗАВТРАК

1	Сок	100					100				
---	-----	-----	--	--	--	--	-----	--	--	--	--

ОБЕД

1	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,89	3,14	5,87	56,52	60	0,89	3,14	5,87	56,52
2	Суп с рыбными консервами	150	5,16	5,04	8,6	100,35	200	6,88	6,72	11,46	133,8
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
6	Компот из сухофруктов	150	0,49	0,07	24	99,6	180	0,59	0,08	28,8	119,52
7	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8	50	3,95	0,5	24,15	118
	итого		28,72	24,32	78,01	648,65		32,65	28,15	102,18	799,17

ПОЛДНИК

1	Булочка «Ванильная»	60	8,81	5,45	35	215,2	70	10,3	6,4	40,8	251,07
2	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	180	0,045	0,012	8,28	33,57
	итого		8,85	5,46	41,99	243,2		10,35	6,41	49,08	284,64