

3 день		УТВЕРЖДЕНО		
МЕНЮ		Заведующий МБДОУ д/с №192		
«» Января 2024 год		_____ Фомина Ю.Е.		
		«__» _____ 2024г.		
Вид питания и наименование блюд	Дети до 3 лет		Дети свыше 3 лет	
	выход	к. кал	выход	к. кал
ЗАВТРАК				
Каша из хлопьев овсяных геркулес жидкая	180	205	200	228,4
Хлеб пшеничный	20	47	20	47
Масло сливочное	5	37,0	5	37,0
Какао с молоком	150	108	180	129,6
ЗАВТРАК №2				
Яблоко	120	51,2	120	51,2
ОБЕД				
Свежий огурец	30	24,4	50	36,6
Суп картофельный с крупой на м/б	150	67,59	200	88,6
Голубцы ленивые	50	62,5	100	125,0
Картофельное пюре	100	92,0	150	138,0
Компот из сухофруктов	150	56,7	180	72,9
Хлеб пшеничный	20	47	25	58,7
Хлеб ржаной	40	69,6	50	87
ПОЛДНИК				
Булочка дорожная	50	125	50	125
Молоко	150	75,0	200	106
УЖИН				
Горошек зеленый консервированный	40	48,8	50	52,8
Омлет натуральный с сыром	130	271,8	150	296,0
Хлеб пшеничный	30	47	30	70,5
Чай с сахаром	200	55,4	220	58,5
Итого за 3 день		1610		1750
Рекомендации для родителей				