

1 день**МЕНЮ**

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ д/с №192

Фомина Ю.Е.

2024г.

« » Января 2024г.

« »

Вид питания и наименование блюда	Дети до 3 лет		Дети свыше 3 лет	
	выход	к. кал	выход	к. кал
ЗАВТРАК				
Каша ячневая рассыпчатая	160	190	200	204,4
Батон	20	47	20	47
Сыр	10	34,3	15	51,4
Какао со сгущ. молоком	180	84,7	200	101,7
<i>Яйцо</i>				
ЗАВТРАК №2				
Сок	200	48,5	150	38,5
ОБЕД				
Кукуруза	20		30	
Свекольник на м/б	150	63	200	84
Гуляш из говядины	50	196	80	246
Каша гречневая рассыпчатая	100	135	130	168,7
Компот из смеси сухофруктов	150	82,5	180	99
Хлеб пшеничный	20	47	25	58,7
Хлеб ржаной	40	69,6	50	87
ПОЛДНИК				
Молоко	180	90,0	210	106
Сушка	20	190	40	190
УЖИН				
Рагу из овощей	230	279,6	250	301,1
Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
Чай с сахаром	150	46,1	180	55,4
Итого за 1 день		1621		1912

Рекомендации для родителей