

7 день

МЕНЮ

« » Января 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ д/с №192

Фомина Ю.Е.

« _ » _____ 2024г.

Вид питания и наименование блюда	Дети до 3 лет		Дети свыше 3 лет	
	выход	к. кал	выход	к. кал
ЗАВТРАК				
Каша пшеничная молочная жидкая	180	255	200	283
Батон	20	47	20	47
Сыр	10	34,3	15	51,4
Чай с молоком	150	59,25	180	71,10
Завтрак-2				
Напиток из шиповника	100	48,5	100	48,5
ОБЕД				
Щи на м.б	150	54,6	200	72,8
Тефтели из говядины паровые	50	122,4	70	142,8
Каша перловая рассыпчатая	90	125,5	100	167,4
Соус молочный	20	22,34	30	55,85
Кисель из ягоды	150	91,5	150	122
Хлеб пшеничный	20	45	25	47
Хлеб ржаной	40	85	50	87
ПОЛДНИК				
Булочка веснушка	50	70	50	70
Молоко	150	75	200	106
УЖИН				
Суфле рыбное	100	18	100	18
Картофельное пюре	100	92	120	99
Чай с сахаром	150	46,12	200	55,4
Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
Итого за 7 день		1511,8		1914,4

Рекомендации для родителей