

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № 92



Утверждаю:

Руководитель (ИП)

Шкуропатов Н.А.



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ ОТ 3х до 7 лет
НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	витамины
		Белки	Жиры	Углеводы		

НА 2024 год

ДЕНЬ 10

Завтрак

Каша жидкая молочная из гречневой крупы	180	7,92	8,21	31,97	234,72	0,48
Чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3
Бутерброд с маслом 30/10	40	2,42	3,13	9,802	119	0
Всего за завтрак	400	10,4	11,35	55,272	407,72	0,78

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----

Обед

Рассольник "Ленинградский"	180	1,45	3,66	8,62	77,22	5,94
Тефтели рыбные в соусе №331	100	8,26	8,05	11,76	152,5	5,8
Пюре из гороха	130	11,82	5,94	30,35	221	0
Свекла отварная с растительным маслом	50	0,71	3,04	4,2	46,95	4,75
Компот из свежих плодов с вит.С	180	0,14	0,14	25,092	103,14	0,81
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0
Всего за обед	680	24,85	21,36	93,122	670,95	17,3

Полдник

Пирожок с картофелем и	75	4,51	2,3	26,66	160	0,39
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,152
Всего за полдник	255	8,18	5,49	42,48	1111,23	1,542
Итого за десятый день	1435	43,83	38,6	200,674	2233,9	29,622