|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Завтрак** | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет |
|  | Выход порции | | белки | | жиры | | углеводы | | калорийность | |
| Каша пшенная молочная | 160 | 180 | 5,26 | 7,01 | 3,07 | 5,09 | 18,82 | 20,39 | 129,75 | 151,3 |
| Кофейный напиток | 165 | 190 | 1,08 | 1,3 | 1,08 | 1,3 | 12,67 | 16 | 76,67 | 92 |
| Батон с маслом | 20/5 | 25/5 | 1,69 | 2,52 | 4,44 | 4,59 | 9,66 | 14,47 | 82,8 | 105,2 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| сок | 110 | 130 | 4,35 | 5,22 | 4,8 | 5,76 | 6 | 7,2 | 88,5 | 106,2 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рассольник с курицей и сметаной | 150 | 180 | 3,28 | 4,1 | 3,08 | 7,16 | 16,76 | 20,93 | 116,1 | 145 |
| Каша пшеничная с маслом | 110 | 130 | 3,56 | 5,34 | 5,64 | 6,96 | 20,97 | 31,45 | 135,3 | 189,3 |
| Фрикаделька в сметанном соусе | 60/10 | 70/10 | 10,6 | 12,47 | 5,83 | 7,3 | 5,93 | 8,6 | 108,36 | 133,3 |
| Компот | 150 | 180 | 0,42 | 0,51 | 0 | 0 | 20,45 | 24,23 | 83 | 90 |
| Хлеб | 40 | 52 | 1,88 | 2,9 | 0,28 | 0,6 | 19,92 | 26,9 | 85,60 | 126 |
| **Усиленный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп «Волна» | 150 | 180 | 2,16 | 3,0 | 2,6 | 3,2 | 7,9 | 9,02 | 106,32 | 124,3 |
| Кисель | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,5 | 18 | 46,5 | 60 |
| Булочка детская | 45 | 55 | 3,8 | 4,8 | 2,7 | 3,7 | 18,2 | 18,98 | 116,8 | 146,8 |
| Хлеб | 12 | 13 | 1,8 | 2,28 | 0,2 | 0,24 | 11,5 | 14,76 | 57,9 | 70,32 |

УТВЕРЖДАЮ :

И.о.Заведующего МБДОУ

«ЦРР- детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

МЕНЮ НА 10 АПРЕЛЯ 2024ГОДА