УТВЕРЖДАЮ :

И.о.Заведующего МБДОУ

«ЦРР- детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

МЕНЮ НА 25 АПРЕЛЯ 2024 ГОДА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 геркулес молочная | 160 | 180 | 3,52 | 4,75 | 5,21 | 5,96 | 14,3 | 16,7 | 121,25 | 138,2 |
| Кофейный напиток | 165 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,98 | 8,98 | 40 | 58 |
| Батон с маслом | 20/5 | 24/5 | 1,69 | 2,52 | 4,44 | 4,59 | 9,66 | 14,47 | 82,8 | 105,5 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот из яблок | 110 | 110 | 1,2 | 1,2 | 0,2 | 0,2 | 2,3 | 2,3 | 10,6 | 10,6 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щи с курицей и сметаной | 150 | 180 | 3,4 | 4,75 | 5,3 | 6,53 | 12,72 | 14,19 | 103,35 | 132 |
| Рожки | 110 | 130 | 3,56 | 5,34 | 5,64 | 6,96 | 20,97 | 31,45 | 135,33 | 189,3 |
| Гуляш | 60 | 70 | 4,5 | 6 | 5,7 | 7,6 | 1,85 | 2,47 | 103,6 | 124,8 |
| Компот | 150 | 180 | 0,42 | 0,51 | 0 | 0 | 20,45 | 24,23 | 83 | 90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 48 | 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 | 124,5 |
| Ватрушка с повидлом | 50 | 60 | 3,5 | 7,0 | 3,37 | 5,5 | 4,08 | 6,67 | 40 | 50 |
| Чай с лимоном | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,5 | 18 | 46,5 | 60 |
| Хлеб пшеничный | 12 | 15 | 1,8 | 1,8 | 0,2 | 0,2 | 11,5 | 11,5 | 57,9 | 57,9 |