УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад №10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

МЕНЮ НА 26 АПРЕЛЯ 2024ГОДА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | |
| Рябушка молочная | 160 | 180 | 6,26 | 7,58 | 6,07 | 7,22 | 24,29 | 29,6 | 159,75 | 196 |
| Кофейный напиток | 165 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,98 | 8,98 | 40 | 58 |
| Батон с маслом | 20/5 | 27/5 | 1,69 | 2,52 | 4,44 | 4,59 | 9,66 | 14,47 | 82,8 | 105,5 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 0,66 | 0,78 | 0,66 | 0,48 | 12,32 | 16,24 | 52,3 | 54,06 |
| **обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп лапша с курицей и сметаной | 150 | 180 | 6,28 | 8,16 | 4,3 | 8,0 | 18,76 | 20,93 | 141,1 | 165 |
| Картофельное пюре | 110 | 130 | 2,4 | 4,05 | 4,19 | 6,24 | 14,45 | 18,06 | 113,6 | 142 |
| Рыба тушенная с овощами | 65 | 75 | 6,7 | 9,66 | 3,47 | 4,97 | 30,32 | 36,65 | 70,88 | 115,3 |
| Компот | 150 | 180 | 0,42 | 0,51 | 0 | 0 | 20,45 | 24,23 | 83 | 90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 49 | 1,88 | 2,9 | 0,28 | 0,6 | 19,92 | 26,9 | 85,60 | 126 |
| **Усиленный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Горошница | 150 | 180 | 8,2 | 10,63 | 2,3 | 3,5 | 12,5 | 18,8 | 133 | 158 |
| Кисель | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,5 | 18 | 46,5 | 60 |
| Печенье | 22 | 22 | 1,36 | 1,36 | 3,7 | 3,7 | 2,93 | 2,93 | 62 | 62 |
| Хлеб пшеничный | 12 | 15 | 1,8 | 1,86 | 0,2 | 0,27 | 11,5 | 11,8 | 57,9 | 62,3 |