УТВЕРЖДАЮ:

И.о. Заведующего МБДОУ

«ЦРР- детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

МЕНЮ НА 4 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 | |
| Каша пшеничная молочная | 160 | 180 | 5,86 | 6,77 | 3,94 | 5,78 | 18,7 | 21,8 | 143 | 171 |
| Кофейный напиток | 165 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,98 | 8,98 | 40 | 58 |
| Батон с маслом | 20/5 | 23/5 | 1,69 | 2,52 | 4,44 | 4,59 | 9,66 | 14,47 | 82,8 | 105,5 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 102 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7,25 | 7,25 | 23,2 | 23,2 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурчик соленый | 30 | 30 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 1,2 | 1,5 | 1,02 | 1,5 |
| Борщ со св. капусты с курицей и сметаной | 150 | 180 | 2,35 | 3,52 | 4,79 | 5,98 | 7,84 | 9,78 | 113,69 | 127 |
| Печень тушенная по домашнему с картофелем | 150 | 180 | 12,6 | 15,69 | 13,33 | 14,23 | 24,3 | 26,55 | 284,12 | 384,1 |
| Компот | 150 | 180 | 0,42 | 0,51 | 0 | 0 | 20,45 | 24,23 | 83 | 90 |
| Хлеб ржаной | 40 | 55 | 1,88 | 2,9 | 0,28 | 0,6 | 19,92 | 26,9 | 85,60 | 126 |
| **Усиленный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рожки с сыром | 125 | 150 | 6,01 | 9,55 | 7,46 | 9,99 | 28,46 | 30,12 | 205,2 | 247,4 |
| Чай с лимоном | 150 | 180 | 0,06 | 0,09 | 0 | 0 | 6,43 | 7,75 | 23,56 | 38,28 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | 12 | 15 | 1,8 | 1,86 | 0,2 | 0,27 | 11,5 | 11,8 | 57,9 | 62,3 |