УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 3 декабря 2024г

 Сад(3-7 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша Геркулес молочнаяКофейный напитокБатон с маслом | 18019025/5 | 7,581,22,52 | 7,221,34,41 | 29,61314,47 | 1969094,15 | 882531 |
|  | За завтрак | 400 | 11,85 | 15,23 | 57,22 | 411,65 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 48,87 | 88 |
| Обед |  Салат из св. огурцов с лукомСуп гороховый с курицейЖаркое по домашнемуКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 5018018018050 | 3,44,1514,150,512,9 | 3,066,0416,0400,6 | 5,3219,6729,224,2326,9 |  72,1144356,690126 |  221011532418 |
|  | За обед | 590 | 22,04 | 20,54 | 93,23 | 665,77 |  |
| Ус. полдник | ОмлетИкра кабачковаяЧай ПеченьеХлеб | 60301801510 | 6,380,7201,362,0 | 10,522,8303,70,22 | 0,994,63182,9312 | 123,836,8607536,32 | 438262646048 |
|  | За полдник | 295 | 10,53 | 17,27 | 39,54 | 352,35 |  |
|  | Всего за день |  | 49,95 | 48,31 | 206,03 | 1455,95 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 3 декабря 2024 г

 Ясли (1-3лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша геркулес молочнаяКофейный напитокБатон с маслом | 16016520/5 | 6,2612,1 | 6,071,084,44 | 24,2910,8312,06 | 159,757568,1 | 882531 |
|  | За завтрак | 350 | 10,91 | 13,89 | 47,33 | 334,3 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 80 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 48,87 | 88 |
| Обед |  Салат из св. огурцов с лукомСуп гороховый с курицей Жаркое по домашнемуКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный |  4015015015040 |  2,63,3211,80,511,88 | 2,023,8314,6 00,28 |  3,115,7426,8 24,2319,92 |  59115,11282,52 9085,6 |  22101153 2418 |
|  | За обед | 490 | 15,67 | 16,03 | 78,38 | 542,2 |  |
| Ус. полдник | ОмлетИкра кабачковаяЧайПеченьеХлеб | 60301501510 | 6,380,7201,362,0 | 10,522,8303,70,22 | 0,994,63182,9312 | 123,836,8607536,32 | 438262646048 |
|  | За полдник | 360 | 7,4 | 6,44 | 45,23 | 297,2 |  |
|  | Всего за день |  | 36,58 | 37,05 | 189,64 | 1264,2 |  |