

Утверждаю:

ЗМП функций МБДОУ "Детский сад № 37"

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 37"

О.А. Григорьева

4 день меню

05 ДЕК 2024

МЕНЮ Возрастная категория: 05.12.2024	ЯСЛИ		САД	
	с 1 года до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	масса порции	ккал	масса порции	ккал
Завтрак				
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом	150/3	190	200/5	256
Бутерброд с джемом\ повидлом и маслом	20/5/5	61	30/8/5	92
Чай с сахаром и лимоном	150/3	48	180/5	57
Итого ккал:		299		405
Второй завтрак				
Пюре фруктовое	50	23		
Напиток из сухофруктов	100	34	100	34
Итого ккал:		57		81
Обед				
Икра кабачковая	30	23	50	38
Щи донские со сметаной	150/5	95	200/5	127
Рулет из рыбы(горбуша) с соусом сметанным	60/15	107	70/30	135
Рис припущенный	110	146	150	200
Кисель из сока	150	125		
Кисель черносмородиновый б/п,обогащенный витаминами			200	65,28
Хлеб пшеничный	30	75	30	75
Хлеб ржаной	30	60	30	60
Итого ккал:		631		700
Уплотненный полдник				
Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	80/15	216	100/20	288
Печенье	20	83,0	20	83,0
Снежок	150	77	180	140
Итого ккал:		376		511
Итого ккал за день:		1363		1697

Кипяченая питьевая вода