

Меню



Утверждено:
Заведующий МБДОУ
детский сад «Аленушка»
О.А. Белекова

02.05.2024г.

Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества			Эн. Ценность (ккал)
	Дети от 1,5 до 3	Дети от 3 до 7	Б	Ж	У	
<u>Завтрак</u>						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	170	3,3\3,7	0,7\0,9	37,3\44,0	152\175
Какао на стуженном молоке	150	180	3,8\5,2	3,8\5,2	22,0\29,2	123,0\173,4
Печенье	30	40	3,8\2,6	5,9\3,2	37,5\24	108,3\128
<u>Второй завтрак</u>						
Фрукты	100	100	0,7\0,7	0,2\0,2	7,9\7,9	49\49
<u>Обед</u>						
Суп гороховый на тушеной говядине	150	180	3,7\1,1	3,0\4,6	8,3\13,3	67,0\98,8
Макароны отварные с маслом сливочным	110	130	4\5,2	0,9\1,2	25,5\33,2	127\148
Сосиска отварная	60	70	4,4\7,7	12\18,7	0,2\0,4	104\202
Сок фруктовый	150	180	0,7\0,9	0,1\0,1	14,0\18,1	64,0\82,8
Хлеб пшеничный высшего сорта, ржаной	20\20	25\25	2,85\4,1	0,6\1,07	13,12\22,8	81,9\125,2
<u>Полдник</u>						
Пряник	50	70	10,7\3,4	8,9\1,9	16,7\54,3	129\234
Напиток яблочный	150	200	0,7\0,09	0,7\0,9	10,65\9,9	63,15\75,7
<u>Ужин</u>						
Омлет из натуральных яиц	170	200	19,8\22,7	11,8\9,00	32,2\32,1	282,9\276
Кукуруза консервированная	30	40	0,4\0,6	0,05\0,07	1,4\1,8	7,5\8,2
Чай с сахаром	160	180	0,06\1,8	0,02\0,4	10,00\16,2	40,00\71,6