

МБДОУ №41 "Рябинушка"

Утверждаю:

Заведующая

Сычева О.А.

Меню 27 Сентября 2024г. до 3 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсянная "Геркулес" мол	150	181.02
Какао с молоком.**	180	91.80
Батон с маслом сливочным и	20/4/7	105.12
10 ЧАСОВ		
Сок "Яблочный."	100	68.20
ОБЕД		
Суп картофельный с вермише	150	107.50
Ласточкино гнездо.*	70	175.15
Свекла тушеная в сметане.*	110	119.71
Компот яблочный.**	150	52.74
Хлеб столичный/пшеничный.*	20/20	96.29
ПОЛДНИК		
Молоко кипячёное.**	150	90.21
Вафли	20	70.02
Персики	50	22.26
УЖИН		
Салат из моркови с зелёным г	40	36.18
Рыба, тушеная в томатном со	60	67.43
Картофельное пюре.**	110	110.47
Чай с лимоном.**	180	41.55
Хлеб пшеничный/столичный.*	20/20	96.29

Итого калорийность: 1531.94 Ккал.

МБДОУ №41 "Рябинушка"

Утверждаю:

Заведующая

Сычева О.А.

Меню 27 Сентября 2024г. 3-7 лет

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсянная "Геркулес" мол	200	217.54
Какао с молоком.**	180	94.94
Батон с маслом сливочным и	30/4/10	141.26
10 ЧАСОВ		
Сок "Яблочный."	100	43.30
ОБЕД		
Суп картофельный с вермише	200	126.04
Ласточкино гнездо.*	85	197.25
Свекла тушеная в сметане.*	130	143.36
Компот яблочный.**	180	65.96
Хлеб столичный/пшеничный.*	25/25	123.30
ПОЛДНИК		
Молоко кипячёное.**	180	103.03
Вафли	20	70.02
Персики	50	21.44
УЖИН		
Салат из моркови с зелёным г	50	44.32
Рыба, тушеная в томатном со	70	108.06
Картофельное пюре.**	130	129.11
Чай с лимоном.**	180	49.59
Хлеб пшеничный/столичный.*	25/25	122.73

Итого калорийность: 1801.25 Ккал.