

Дата 28.10.28

3 день

МЕНЮ



Согласовано

МБДОУ
«Росинка»

С.В.Баскакова

Завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ (Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес» + сл.масло + сахар	150+5+5	180+5+5	168	199,5
2	Хлеб пшеничный	20	20	47	47
3	Сливочное масло	5	5	33,05	33,05
4	Чай с сахаром	160+7	180+10	35,5	40
	итого	352	405	283,55	319,55

Второй завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ (Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Сок фруктовый	125	180	53,47	77

Обед

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ (Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Суп картофельный с клецками	150	180	52,35	62,82
2	Рыба припущенная	60	80	55	74
3	Капуста тушёная	110	130	86,9	102,7
4	Хлеб пшеничный	15	30	35	70,5
5	Хлеб ржаной	33	40	56,43	69,6
6	Кисель ягодный	150	180	128	139
	итого	518	640	413,68	518,6

Полдник

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ (Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ СТАРШЕ 3 ЛЕТ
1	Оладьи с повидлом	50/10	70/15	140,46	217
2	Кефир	150	180	75	90
	итого	210	265	215,46	307
	всего	1205	1490		

Повар Ушкова