

Директор МБДОУ «ЦРР-СДТ «Знание»

Меню на 5 ноября 2024 г.

| Наименование блюд                           | Масса порций в зависимости от возраста детей (грамм) |         | Калорийность блюд |       |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------|-------------------|-------|
|                                             | с 1-3                                                | с 3-7   | с 1-3             | с 3-7 |
| <b>Завтрак</b>                              |                                                      |         |                   |       |
| Каша кукурузная молочная с маслом сливочным | 140/3                                                | 180/5   | 207,3             | 274,1 |
| Кофейный напиток с молоком                  | 180/6                                                | 180/6   | 90,54             | 90,5  |
| Бутерброд сырым                             | 25/5                                                 | 30/5    | 132,8             | 145,9 |
| <b>2 завтрак</b>                            |                                                      |         |                   |       |
| Фрукты свежие                               | 100                                                  | 100     | 100               | 100   |
| <b>Обед</b>                                 |                                                      |         |                   |       |
| Салат из отварной свеклы                    | 37,8                                                 | 55,5/6  | 30,8              | 46,2  |
| Суп картофельный с клецками на к/бульоне    | 150/10                                               | 180/10  | 101,3             | 121,6 |
| Гуляш из отварной курицы                    | 30/30                                                | 40/40   | 98,4              | 131,2 |
| Пюре картофельное                           | 120                                                  | 140     | 109,8             | 128,1 |
| Компот из свежих яблок                      | 24/153                                               | 28/183  | 85,9              | 103,1 |
| Хлеб ржаной                                 | 35                                                   | 45      | 69,3              | 89,1  |
| <b>Полдник</b>                              |                                                      |         |                   |       |
| К/молочный напиток кефир                    | 150                                                  | 180     | 75                | 90    |
| Кондитерское изделие                        | 15                                                   | 15      | 124,5             | 124,5 |
| <b>Ужин</b>                                 |                                                      |         |                   |       |
| Расстегай с рыбой                           | 100                                                  | 100     | 89                | 124,6 |
| Чай с сахаром и лимоном                     | 150/5/5                                              | 180/6/7 | 21,7              | 26,4  |
| Хлеб пшеничный                              | 25                                                   | 30      | 58,7              | 70,5  |

7 Калорийность 1377,85 1678,04