

**Меню**  
**6 день . 2024 год**

Утверждаю заведующий МБДОУ  
 Черемшанский детский сад №5  
 «Ландаш»  
 Никонова И В

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
<b>Завтрак</b>	<b>3-7 лет</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>у</b>	<b>Э.ккал</b>	<b>1-3 года</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>у</b>	<b>Э.ккал</b>
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44	140/4	3,84	3,06	19,47	123,94
Чай с молоком ,сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	180\6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром . маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
<b>Итого:</b>	<b>411</b>	<b>11,83</b>	<b>15,01</b>	<b>50,92</b>	<b>401,97</b>	<b>365</b>	<b>9,40</b>	<b>11,15</b>	<b>42,87</b>	<b>315,7</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Сок(в инд упаковке)	200	1,00		20,20	84,44	200	1,0		20,20	84,44
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>	<b>200</b>	<b>1,0</b>		<b>20,20</b>	<b>84,44</b>
<b>Обед</b>										
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88	40	1,04	2,95	1,29	35,92
Суп из овощей на курином бульоне ,с мясом птицы со сметаной .	180/10 /7	3,67	6,50	6,87	106,12	150/10 /5	3,42	5,60	5,70	91,45
Котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72	50	6,42	3,41	5,58	72,63
Рис отварной рассыпчатой с слив.маслом	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01	110/2	2,65	1,77	25,85	134,03
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,65	16,81	71,52	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	60,23
<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>21,32</b>	<b>21,67</b>	<b>93,64</b>	<b>661,44</b>	<b>652</b>	<b>16,74</b>	<b>14,51</b>	<b>76,08</b>	<b>510,26</b>
<b>Полдник</b>										
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,28	250,80	130	8,60	10,35	22,17	217,36
Чай с мармеладом	160/10			19,32	72,89	160/10			19,32	72,89
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	0,80	47,00	100	0,40	0,40	0,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57	25	1,90	0,20	12,30	
<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>12,43</b>	<b>11,94</b>	<b>74,84</b>	<b>482,38</b>	<b>325</b>	<b>10,70</b>	<b>10,35</b>	<b>65,95</b>	<b>423,28</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1746</b>	<b>46,58</b>	<b>48,61</b>	<b>209,66</b>	<b>1471,54</b>				<b>180,64</b>	<b>1200,32</b>

