

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Лучик»
_____ Е.В. Монакова

МЕНЮ
3 сентября 2024 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Вермишель в молоке	150	200	140	187
Какао с молоком	150	180	89	153
Хлеб пшеничный	30	35	69,87	81,52
Масло сливочное	4	5	30	37,5
Сыр	6	11	23,95	44
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	75	83	32,5	36
<i>Обед</i>				
Суп рыбный со сметаной	150/25/8	200/25/10	89	95
Гуляш из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	60	70	104	148
Греча рассыпчатая	100	120	180	216
Компот из сухофруктов	150	180	58	71
Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
<i>Полдник</i>				
Вареники ленивые с молоком сгущенным	120/10	150/20	208	291
Чай с сахаром	150	180	37	44
Итого калорийность за день			1113,52	1473,62

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!