

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

МЕНЮ
5 сентября 2024 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	152	202
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	43,9
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	75	86	32,5	37,3
<i>Обед</i>				
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	150/15/8	200/15/10	67	73
Ежики из говядины	60	70	101	118
Свекла тушенная	120	150	83	103
Компот из кураги	150	180	69	115
Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
<i>Полдник</i>				
Вафли	30	44	63,3	92,84
Молоко кипяченое	150	180	84	110
Яблоко	71	75	33,4	35,0
Итого калорийность за день			950,22	1271,66

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!