

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

МЕНЮ
7 октября 2024 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Каша манная молочная жидкая	150	200	164	219
Кофейный напиток с молоком	150	180	109	130
Хлеб пшеничный	30	35	69,87	81,52
Масло сливочное	4	5	30	37,5
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	75	88	32,5	38,13
<i>Обед</i>				
Суп из макаронных изделий с курицей	150/15	200/15	85	114
Котлета из рыбы «Любительская»	60	70	82	96
Рагу из овощей	100	150	147	196
Компот из сухофруктов	150	180	58	71
Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
<i>Полдник</i>				
Омлет натуральный	80	100	100	125
Хлеб пшеничный	25	30	58,23	69,87
Чай с сахаром	150	180	37	44
Итого калорийность за день			1024,8	1095,62

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!