

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

**МЕНЮ**  
**8 октября 2024 года**

| Наименование блюда                               | Выход готового блюда<br>(в граммах) |        | Калорийность<br>(в Ккал) |                |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------|--------|--------------------------|----------------|
|                                                  | ясли                                | сад    | ясли                     | сад            |
| <i>Завтрак</i>                                   |                                     |        |                          |                |
| Каша из пшена и риса «Дружба»<br>молочная жидкая | 150                                 | 200    | 167                      | 232            |
| Какао с молоком                                  | 150                                 | 180    | 89                       | 153            |
| Хлеб пшеничный                                   | 30                                  | 35     | 69,87                    | 81,52          |
| Масло сливочное                                  | 4                                   | 5      | 30                       | 37,5           |
| Сыр                                              | 6                                   | 13     | 23,95                    | 51,89          |
| <i>Второй завтрак</i>                            |                                     |        |                          |                |
| Сок фруктовый                                    | 75                                  | 89     | 32,5                     | 38,57          |
| <i>Обед</i>                                      |                                     |        |                          |                |
| Суп гороховый на курином бульоне                 | 150                                 | 200    | 61                       | 80,8           |
| Картофельное пюре                                | 120                                 | 150    | 110                      | 160            |
| Фрикадельки из курицы с маслом<br>сливочным      | 60/5                                | 70/5   | 132                      | 152            |
| Компот из свежих яблок                           | 150                                 | 180    | 71                       | 85,2           |
| Хлеб ржаной                                      | 30                                  | 40     | 52,2                     | 69,6           |
| <i>Полдник</i>                                   |                                     |        |                          |                |
| Вареники ленивые с молоком<br>сгущенным          | 120/15                              | 147/21 | 208                      | 255            |
| Чай с сахаром                                    | 150                                 | 180    | 37                       | 44             |
| Итого калорийность за день                       |                                     |        | <b>1083,52</b>           | <b>1441,08</b> |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**