

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

МЕНЮ
8 октября 2024 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Каша кукурузная молочная жидкая	150	200	152	202
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	86	32,5	37,3
<i>Обед</i>				
Суп рыбный со сметаной	150/2/8	200/25/13	89	95
Оладьи из печени с соусом сметанным	60/15	70/15	156	183
Рис отварной	100	150	143	189
Компот из сухофруктов	150	180	59	71
Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
<i>Полдник</i>				
Пирожок печеный с повидлом	60	70	174	203
Молоко кипяченое	150	180	84	110
Яблоко	71	75	33,4	35,0
Итого калорийность за день			1183,97	1443,92

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!