

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

**МЕНЮ**  
**11 сентября 2024 года**

| Наименование блюда                | Выход готового блюда<br>(в граммах) |        | Калорийность<br>(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                                  | 76     | 32,5                     | 33             |
| <i>Обед</i>                       |                                     |        |                          |                |
| Суп с клецками на курином бульоне | 150/20                              | 200/25 | 68                       | 90             |
| Плов из отварной курицы           | 180                                 | 190    | 342                      | 399            |
| Напиток из лимона                 | 150                                 | 180    | 59                       | 71             |
| Хлеб ржаной                       | 30                                  | 40     | 52,2                     | 69,6           |
| <i>Полдник</i>                    |                                     |        |                          |                |
| Ватрушка с творогом               | 60                                  | 63     | 172                      | 181            |
| Чай с сахаром                     | 150                                 | 180    | 37                       | 44             |
| Груша                             | 80                                  | 110    | 36,4                     | 50             |
| Итого калорийность за день        |                                     |        | <b>1159,97</b>           | <b>1388,62</b> |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**