

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

МЕНЮ 12 сентября 2024 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Каша гречневая молочная жидкая	150	200	167	222
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	44
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	75	77	32,5	33,4
<i>Обед</i>				
Суп рыбный со сметаной	150/25/8	200/25/11	89	95
Печень по-строгановски в сметанном соусе	60/40	70/50	122	146
Макаронны отварные	120	150	166	211
Компот из свежих яблок	150	180	71	82,5
Хлеб ржаной	30	40	52,2	69,6
<i>Полдник</i>				
Хлеб пшеничный с повидлом	25/10	30/15	58,23/24,2	69,87/36
Молоко кипяченое	150	180	84	110
Яблоко	71	75	33,4	35
Итого калорийность за день			1112,35	1426,39

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!