

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 4

Ворушило Н.Н.



## Меню по МБДОУ д/с №4

На «19» ноября 2024 года.

для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход порции г.	Калории
<b>Завтрак</b>	Салат из моркови с яблоками	<b>50</b>	<b>19,95</b>
	Каша жидкая с маслом «Геркулес»	<b>150,0</b>	<b>113,05</b>
	Какао с молоком	<b>180,0</b>	<b>106,48</b>
	Масло сливочное	<b>10,0</b>	<b>66</b>
	Хлеб пшеничный в/с	<b>25,0</b>	<b>53,5</b>
<b>Завтрак II :</b>	Овощи свежие (морковные палочки)	<b>120,0</b>	<b>42</b>
	Фрукты свежие яблоки	<b>50</b>	<b>22,75</b>
<b>Обед</b>	Овощи натуральные свежие (томаты)	<b>60,0</b>	<b>10</b>
	Суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	<b>180</b>	<b>85,14</b>
	Печень жареная с маслом	<b>80,0</b>	<b>161,1</b>
	Рагу овощное	<b>130,0</b>	<b>137,33</b>
	Компот из свежих ягод	<b>180,0</b>	<b>102,71</b>
	Хлеб пшеничный в/с	<b>25,0</b>	<b>53,5</b>
	Хлеб ржано-пшеничный	<b>35,0</b>	<b>80,46</b>
<b>Ужин</b>	Салат из сырых овощей	<b>60,0</b>	<b>47,6</b>
	Поджарка из рыбы (минтай)	<b>80,0</b>	<b>111,2</b>
	Пюре картофельное	<b>150,0</b>	<b>138,76</b>
	Чай с лимоном	<b>180,0</b>	<b>55,31</b>
	Хлеб пшеничный	<b>25,0</b>	<b>53,5</b>
	Хлеб ржаной	<b>25,0</b>	<b>57,47</b>
	Печенье сахарное	<b>20,0</b>	<b>83,4</b>
<b>Калорийность</b>	<b>Белки: 49,08 Жиры: 56,93 Углеводы: 223,73 Ккал: 1603,81</b>		
<b>Стоимость</b>	<b>228,49</b>		