

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №121**

«Утверждаю»
И.о. заведующего МБ ДОУ №121
_____ Нискубина М.Ю.

**Меню на 01 апреля 2024 г.
(для детей от 3 до 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Макароны отварные с маслом	150	2,72	2,13	34,88	199,32	№205
	Яйцо вареное	20	3,1	2,82	0,17	38,46	№213
	Икра кабачковая (промыш)	30	2,56	3,6	6,5	12,89	№121
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Сыр (порциями)	10	3,8	3,67	12,0	23,9	№7
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Чай с сахаром	200	0,16	0	15,3	61,6	№181
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,90	0	9,8	76,00	№368
Итого за завтрак:		545	12,08	15,65	58,04	556,53	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	7,04	5,84	29,68	195,66	№81
	Каша пшеничная рассыпчатая	130	6,2	3,6	24,6	154,5	№94
	Биточки рыбные тушеные	80	7,91	5,26	16,19	169,15	№255
	Соус томатный	30	0,52	0,66	3,07	20,69	№348
	Салат из соленых помидоров с луком	60	0,54	3,07	1,67	37,57	№19
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,05	0,00	10,44	39,74	№376
	Хлеб пшеничный	30	2,45	7,55	14,62	136	№701
	Хлеб ржаной	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		755	25,57	27,06	111,92	814,24	
Полдник	Кефир	180	5,8	6,4	9,4	120,0	№400
	Ватрушка сдобная	70	3,3	7,1	27,7	171,6	№194
Итого за полдник:		250	9,1	13,5	37,1	291,6	
Ужин	Каша молочная манная	200	3,46	3,46	37,22	201,98	№185(2)
	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№395
	Хлеб ржаной	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		450	7,96	7,89	58,65	347,66	
Итого за день:		1980	56,66	56,25	250,8	1904,49	