

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

«Утверждаю»
Заведующий МБ ДОУ №121
_____ Червко С.Г.

**Меню на 8 ноября 2024 г.
(для детей от 3 до 7 лет)**

Прием пищи	Наименование Блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		если	сад	Б	Ж	У		
	Омлет с сыром	130	150	3,13	4,47	19,42	131,04	№321
	Кофейный напиток с молоком	180	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№395
	Батон нарезной	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Икра кабачковая (промыш)	30	50	3,5	2,1	4,7	34,9	№121
Второй завтрак	Свежий фрукт (банан)	95	100	0,23	3,2	1,23	12,45	№368
Итого за завтрак:		470	535	40,14	60,42	208,91	728,02	
Обед	Рассольник	180	200	1,1	5,2	7,4	79	№78
	Котлеты из говядины рубленые	60	80	12,44	12,73	16,16	216,64	№282(1)
	Макароны отварные с маслом	110	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№94
	Капуста тушеная	40	60	1,3	1,6	7	43	№138
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,05	0,00	10,44	39,74	№376
	Хлеб пшеничный	25	30	2,45	7,55	14,62	136	№701(3)
	Хлеб ржаной	35	40	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		630	745	21,77	35,85	89,08	746,48	
Полдник	Зефир	50	50	3,75	5,9	37,45	208,55	№609
	Молоко кипяченое	150	200	5,4	1,8	7,2	72	№401(1)
Итого за полдник:		200	250	4,65	5,9	55,63	284,55	№121
Ужин	Суп молочный с крупой (пшенич)	180	200	3,13	4,47	19,42	131,04	№321
	Чай с сахаром	180	200	0,6	5,4	56,8	32	№182
	Хлеб пшеничный	40	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		400	450	10,05	10,16	38,22	287,08	
Итого за день:		1700	1995	76,61	112,33	391,84	2046,13	