

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

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

**Меню на 13 ноября 2024 г.
(для детей от 3 до 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		ясли	сад	Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная манная	180	200	2,3	4,3	13,7	103	185(3)
	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
	Кофейный напиток с молоком	180	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№393
Второй завтрак	Свежий фрукт (яблоко)	95	100	0,90	0	18,18	76,00	№368
Итого за завтрак:		510	555	16,03	18,17	59,81	465,01	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	200	3,64	5,46	18,48	140,14	№57
	Биточек паровой	60	80	11,48	20,92	5,94	298,3	№113
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	2,73	2,56	35,78	166,95	№165(1)
	Салат из моркови и яблок	40	60	3,12	3,18	10,13	80,27	№34
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,9	0,00	18,18	76	№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	710	25,54	32,72	122	912,74	
Полдник	Крендель сахарный	50	70	6,93	6,85	40,63	253,76	№460
	Сок фруктовый	150	180	0,90	0	18,18	76,00	№399(1)
Итого за полдник:		200	250	7,83	6,85	58,81	329,76	
Ужин	Чай с сахаром и молоком	180	200	0,16	0	6,16	25,58	№393
	Макароны отварные с сыром	180	200	11,17	10,28	31,78	264	№206
	Хлеб ржаной	40	50	1,3	0,3	18,7	87	№700
Итого за ужин:		400	450	12,63	10,58	56,39	376,58	
Итого за день:		1740	1965	57,81	62,6	269,39	2067,34	