

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

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

**Меню на 19 марта 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	Пудинг из творога с рисом	150	12,92	6,83	18,99	302,43	№236
	Соус сметанный	50	19,43	45,19	132,55	101	№152.1
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08	№393
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,90	0	18,18	76,00	№399(1)
Итого за завтрак:		555	20,67	14,83	67,39	621,46	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	4,46	7,1	20,96	167,1	№85
	Пюре картофельное	130	3,13	4,47	19,42	131,04	№321
	Котлета куриная	80	11,0	12,5	7,5	186	№122
	Салат из свеклы и зеленого горошка	60	1,4	3,6	5,6	59	№13
	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(3)
	Хлеб ржаной	50	1,3	0,3	18,7	87,0	№700
Итого за обед:		770	21,34	35,52	87,89	762,38	
Полдник	Печенье	70	3,75	5,9	37,45	208,55	ГОСТ
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108,0	№400(1)
Итого за полдник:		250	2,14	6,85	51,07	293,5	
Ужин	Каша жидкая молочная пшеничная	200	3,54	3,54	6,16	25,58	№185(4)
	Чай с сахаром	200	0,16	0	11,78	99,08	№ 393
	Хлеб ржаной	50	1,3	0,3	18,7	87,0	№700
Итого за ужин:		450	8,26	11,09	46,37	328,56	
Итого за день:		2005	50,48	64,14	247,1	1932,4	