

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

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

**Меню на 21 июня 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		
	Омлет натуральный	170	23,9	34,7	21,0	234,8	№215
	Зеленый горошек отварной	30	2,3	6,3	1,3	12,0	№121
	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№395
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,90	0	18,18	76,00	№369
Итого за завтрак:		535	40,14	60,42	208,91	728,02	
Обед	Рассольник домашний	200	1,1	5,2	7,4	79	№78
	Котлета рубленая из говядины	80	12,44	12,73	16,16	216,64	№282(1)
	Макароны отварные с маслом	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№94
	Капуста тушеная	60	1,3	1,6	7	43	№138
	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	40	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за обед:		745	21,77	35,85	89,08	746,48	
Полдник	Печенье	50	3,75	5,9	37,45	208,55	№609
	Молоко кипяченое	200	5,4	1,8	7,2	72	№401(1)
Итого за полдник:		250	4,65	5,9	55,63	284,55	
Ужин	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№393
	Суп молочный с крупой (пшенич)	200	3,13	4,47	19,42	131,04	№321
	Хлеб пшеничный	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
Итого за ужин:		450	10,05	10,16	38,22	287,08	
Итого за день:		1995	76,61	112,33	391,84	2046,13	