

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

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

**Меню на 26 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		
Завтрак	Каша молочная вязкая «Геркулес»	200	2,3	4,3	13,7	103	185(3)
	Яйцо отварное	20	6,62	5,64	0,34	76,93	№213
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	4,28	12,08	102,18	№393
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,90	0	18,18	76,00	№368
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>555</b>	<b>16,03</b>	<b>18,17</b>	<b>59,81</b>	<b>465,01</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	3,64	5,46	18,48	140,14	№57
	Биточек паровой	80	11,48	20,92	5,94	298,3	№113
	Каша гречневая рассыпчатая	130	2,73	2,56	35,78	166,95	№165(1)
	Салат из соленых помидоров с луком	60	3,12	3,18	10,13	80,27	№34
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,00	18,18	76	№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
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>25,54</b>	<b>32,72</b>	<b>122</b>	<b>912,74</b>	
Полдник	Печенье	50	6,93	6,85	40,63	253,76	№460
	Сок фруктовый	200	0,90	0	18,18	76,00	№399(1)
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>7,83</b>	<b>6,85</b>	<b>58,81</b>	<b>329,76</b>	
Ужин	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№393
	Макароны отварные с сыром	200	11,17	10,28	31,78	264	№206
	Хлеб ржаной	50	1,3	0,3	18,7	87	№700
<b>Итого за ужин:</b>		<b>450</b>	<b>12,63</b>	<b>10,58</b>	<b>56,39</b>	<b>376,58</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2015</b>	<b>57,81</b>	<b>62,6</b>	<b>269,39</b>	<b>2067,34</b>	