

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

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

**Меню на 28 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		
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога	150	13,6	7	30,59	327,94	№237
	Соус сметанный	50	19,43	45,19	132,55	101	№351
	Кофейный напиток с молоком	200	8,87	9,3	41,46	306,64	№ 397
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№701
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,90	0	18,18	76,00	№369
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>535</b>	<b>17,48</b>	<b>15,05</b>	<b>82,35</b>	<b>561,54</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронами	200	2,26	2,29	17,41	199,27	№88
	Куры тушеные с овощами в томате	80	11,00	12,50	7,50	185	№318
	Картофель отварной с маслом	130	2,4	3,6	25,0	143	№16593)
	Салат «Пестрый»	60	1,38	2,09	8,57	58,5	№54
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>740</b>	<b>19,26</b>	<b>28,59</b>	<b>89,22</b>	<b>591,24</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка (промышленная)	70	4,6	3,9	28,9	169	№194
	Кефир	180	0,50	0	10,10	42,00	№368
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>10,0</b>	<b>5,7</b>	<b>36,1</b>	<b>241,0</b>	
<b>Ужин</b>	Какао с молоком	200	0,16	0	6,16	25,58	№393
	Каша молочная «Дружба»	200	6,18	6,85	29,12	203	№180
	Хлеб пшеничный	50	0,6	0,15	9,35	43,5	№700
<b>Итого за ужин:</b>		<b>450</b>	<b>8,14</b>	<b>6,75</b>	<b>34,93</b>	<b>536,12</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1925</b>	<b>54,88</b>	<b>56,09</b>	<b>242,60</b>	<b>1929,9</b>	