

Утверждаю

Заведующая  
МБДОУ ДС "Колокольчик"  
/Воронина Л.В./

**МЕНЮ**  
21 марта 2024 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,23	7,64	20,56	172,43
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107,00
СУШКА	10	1,07	0,12	7,12	33,90
Итого		7,80	9,06	50,08	313,33
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	3,79	4,83	56,67
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,47	1,65	13,45	147,80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,86	5,56	31,16	202,15
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	9,85	11,95	3,84	162,63
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,27	0,00	29,52	120,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,68	0,27	17,01	81,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,89	1,15	19,81	101,34
Итого		25,84	24,37	119,62	873,10
<b>Полдник</b>					
ПЛЮШКА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,35	5,86	33,88	209,32
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,26	1,89	10,55	68,76
Итого		7,61	7,75	44,43	278,08
Всего		41,25	41,18	214,13	1 464,51

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Сапунова Е.Н.