

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.Заведующий МДОУ «Детский сад № 79»

О.В.Алексина



МЕНЮ 09.10.2024

Наименование приёма пищи	Масса порции		Калорийность порции	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак:				
Бутерброд с маслом	30	40	97	125
Чай с молоком	180	200	91	113
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	200	141	184
	360	440	329	422
2 завтрак:				
Компот из свежих фруктов	100	100	45,7	45,7
Батон пшеничный	10	20	23,9	47,8
	110	120	69,6	92,6
Обед:				
Суп Свекольник с мясом и со сметаной	150	200	116	144
Картофельная запеканка с вареным мясом	170	200	210,6	236,5
Салат из квашеной капусты	40	50	42	52
Компот из изюма	150	200	64	86
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	56,4	75,2
	540	690	489	594
Полдник:				
Кефир	150	180	75	90
Свежие фрукты	89	89	95	95
Батон пшеничный	10	20	23,9	47,8
	249	289	193,9	232,8
Ужин:				
Омлет натуральный с маслом	130	160	138	162
Салат из моркови	50	60	52	62
Чай с сахаром	180	200	39,7	53,06
Бутерброд с повидлом	30	40	78	108
	410	480	341	451
	1669	2010	1423,4	1794,4