



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Ромашка»

*Рябцева* Е. А. Рябцева

МЕНЮ на 23 июля 2024 г.

№	Наименование блюд	Выход блюда		Энергетическая ценность ккал	
		Ранний возраст	Дошкольный возраст	Ранний возраст	Дошкольный возраст
<b>Завтрак</b>					
1.	Каша вязкая гречневая	150	180	104,62	125,55
2.	Хлеб пшеничный йод. с маслом	25/6	30/8	54,07	70,18
3.	Какао на цельном молоке	180	200	100,46	111,62
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>361</b>	<b>418</b>	<b>259,15</b>	<b>307,35</b>
<b>Второй завтрак</b>					
	Сок персиковый	100	100	<b>55,00</b>	<b>55,00</b>
<b>Обед</b>					
1.	Горошек зеленый консервированный	30	50	21,29	35,48
2.	Борщ с фасолью и картофелем	150	180	142,29	170,75
3.	Котлеты	50	70	114,32	160,05
4.	Макаронные изделия отварные	100	110	153,72	169,09
5.	Соус сметанный	10	20	16,11	32,22
6.	Напиток из плодов шиповника	150	180	78,51	94,21
7.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	11,53	17,30
8.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	15	20	30,15	40,20
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>525</b>	<b>660</b>	<b>567,92</b>	<b>719,30</b>
<b>Полдник</b>					
1.	Печенье	20	50	89,00	222,50
2.	Молоко кипяченое	180	200	97,20	108,00
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>200</b>	<b>250</b>	<b>186,20</b>	<b>330,50</b>
<b>Ужин</b>					
1.	Суп уха из рыбных консервов	180	200	88,88	106,65
2.	Чай с сахаром	180	200	35,23	42,28
3.	Хлеб пшеничный йод.	20	30	11,53	17,30
4.	Хлеб ржано-пшеничный йод.	20	20	40,20	40,20
<b>Итого по приему пищи</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>217,64</b>	<b>250,43</b>
<b>Всего</b>				<b>1285,91</b>	<b>1662,58</b>