

## Меню 03.05.2024

ДС 303

Рацион: Ясли

Сезон:

Возрастная категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Каша пшенная молочная жидкая	160	5	6	27	177	
	Чай с молоком	160	2	3	13	84	
	Бутерброд сыром	35	4	5	11	108	
	<b>Итого за завтрак</b>		11	14	51	369	
<b>завтрак 2</b>	Сок	100	1		16	74	
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		16	74	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	160	1	2	9	63	
	Салат из свежих помидор	45		4	2	46	
	Суфле из печени 2	60	11	7	10	147	
	Макаронные изделия отварные	130	5	5	31	183	
	Компот из сухофруктов	160			22	91	
	Хлеб украинский	30	3	1	22	50	
	Хлеб пшеничный	20	1	1	10	52	
	<b>Итого за Обед</b>		21	20	106	632	
	<b>Полдник</b>	Ватрушка с джемом	50	3	1	38	171
		Напиток брусничный	160			17	68
<b>Итого за Полдник</b>			3	1	55	239	
<b>Ужин</b>	Говядина тушеная с капустой	150	2	9	13	142	
	Чай с сахаром	160			8	34	
	Хлеб пшеничный	10	1		5	26	
	Хлеб украинский	10	1		7	17	
<b>Итого за Ужин</b>		10	14	33	293		
<b>Итого за день</b>		46	49	261	1607		

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ д/с № 303

*О.А. Носкова*

Носкова

О.А.



## Меню 03.05.2024

Рацион: Сад

Сезон:

Возрастная категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (сад)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
	Каша пшеничная молочная жидкая	180	5	6	30	199
	Чай с молоком	180	3	3	14	94
	Бутерброд сыром	45	5	7	15	139
<b>Итого за Завтрак завтрак 2</b>			13	16	59	432
	Сок	180	1		20	92
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		20	92
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	180	2	3	10	71
	Салат из свежих помидор	60		5	2	57
	Суфле из печени 2	70	13	8	11	168
	Макаронные изделия отварные	160	6	6	38	225
	Соус молочный к блюдам ( 1-й вариант)	30	1	2	3	34
	Компот из сухофруктов	180	1		25	102
	Хлеб украинский	35	3	1	26	58
	Хлеб пшеничный	35	3	1	18	91
<b>Итого за Обед</b>			29	26	133	806
<b>Полдник</b>						
	Ватрушка с джемом	60	3	2	45	205
	Напиток брусничный	180				
<b>Итого за Полдник</b>			3	2	64	281
<b>Ужин</b>						
	Говядина тушеная с капустой	180	2	11	15	171
	Чай с сахаром	180			9	38
	Хлеб пшеничный	10	1		5	26
	Хлеб украинский	15	1		11	25
<b>Итого за Ужин</b>			10	16	40	334
<b>Итого за день</b>			56	60	316	1945



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ д/с № 303  
О.А. Носкова