

МЕНЮ

на «02» октября 2024г.

МБДОУ № 37 «Дюймовочка»



Прием пищи	Младшая группа		Старшая группа	
	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность (ккал.)	Выход блюда в граммах	Энергетическая ценность (ккал.)
ЗАВТРАК				
1. Каша гречневая малот. вязкая.			180	239,4
2. Жар. н. н. в. молока			180	83,7
3. Бутерброд с маслом, сыр.			30/5/6	129,02
Всего за завтрак (к/кал.)				452,12
2-й завтрак				
1. Яблоко			150	79,5
Всего за 2 завтрак (к/кал.)				
Обед				
1. Нарезанное вареное мясо (говядина)			60	15
2. Картофель с сметаной			180	79
3. Суп из печени, картофель пюре			70/30	280
4. Компот из св. груш.			120	109
5. Хлеб ржаной			180	68
Хлеб пшеничный			38	81,32
			30	68,10
Всего за обед (к/кал.)				700,42
Полдник				
1. Сырники из творога с мол. соусом.			75	198
2. Сметанка			180	142,2
Всего за полдник (к/кал.)				340,2
Всего за день (к/кал.)				1492,74
Старшая м/сестра:	/ /			