

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
д\с «Теремок»
(п.г.т.) Белый Яр
И.А.Баранчук



Меню
На 11 января 2024 года

Завтрак		Суточная норма продуктов на ребёнка до 3-х лет	Суточная норма продуктов на ребёнка с 3-х лет
Запеканка из творога		140	180
Молоко сгущенное		15	20
Бутерброд с сыром		30	35
Кофейный напиток с молоком		170	180
Второй завтрак			
Кефир		150	170
Итого за 1 и 2 завтрак		505	585
Обед			
Салат из картофеля с солеными огурцами		30	50
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		150	180
Каша перловая рассыпчатая		110	130
Курица отварная		50	70
Соус белый основной		20	30
Напиток клюквенный		150	180
Хлеб пшеничный		20	30
Хлеб ржаной		20	25
Итого за обед		550	695
Уплотненный полдник			
Рагу из овощей		110	130
Тефтели рыбные		50	70
Хлеб ржаной		10	10
Пирог открытый с джемом		50	60
Чай черный без сахара		150	180
Мандарин		95	100
Итого за уплотненный полдник		465	550

Пищевые вещества			Итого энергетическая ценность(ккал)
б	ж	у	
Я-41,99	47,01	203,02	1264,86
С-53,99	60,02	261,01	1620,03