

МЕНЮ на «10» декабря 2024 г.

от 1,5 до 3 лет

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая энергет. ценность (ккал) на 100гр продукта	Б	Ж	У
ЗАВТРАК					
Сыр малосольный	180	116,25	4,39	4,36	14,99
Чай с сахаром	150/10	30	0,8	0,08	15,25
Хлеб с маслом	30/3	70	1,53	2,63	3,74
2 ЗАВТРАК					
Кисломолочный напиток	100	86,17	4,23	4,67	5,84
ОБЕД					
Салат из моркови и яблок	45	43	0,44	3,03	3,83
Борщ с мясом и сметаной	150	93,69	2,82	4,79	7,83
Картофель	50	123,6	4,5	5,7	1,85
Каша перловая	100	122	2,93	3,82	20,87
Компот из с/фр.	180	83	0,42	0,06	20,45
Хлеб	30	70	1,5	3,63	20,8
ПОЛДНИК					
Ватрушка с повидлом	50	190	3,82	2,53	37,8
Чай с маслом	150	46,67	0,67	0,83	11,25
УЖИН					
СТОИМОСТЬ ДНЯ					
	98,55				



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Бухарский д/с №1»
Гумурхонова О.В.

от 1,5 до 3 лет

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая энергет. ценность (ккал) на 100гр продукта	Б	Ж	У
ЗАВТРАК					
Сыр малосольный	150	155	5,83	5,81	19,96
Чай с сахаром	180/10	45	0,15	0,08	15,25
Хлеб с маслом	40/4	101	2,3	3,54	14,61
2 ЗАВТРАК					
Кисломолочный напиток	100	108,25	5,08	5,6	7
ОБЕД					
Салат из моркови и яблок	60	57,3	0,59	4,04	4,3
Борщ с мясом и сметаной	180	117	3,52	5,98	9,78
Картофель	60	185,4	6,75	8,55	2,78
Каша перловая	120	163	4,9	4,23	31,31
Компот из с/фр.	200	99	0,51	0,06	24,23
Хлеб	40	70	1,5	3,63	20,8
ПОЛДНИК					
Ватрушка с повидлом	60	253	5,08	3,4	30,42
Чай с маслом	180	50	0,8	1	13,5
УЖИН					
СТОИМОСТЬ ДНЯ					
	98,55				