Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Озрокова Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ детского сада № 29
_____ _____
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 24.01 2024 г.

День 18	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (геркулесовая)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК №
Какао с молоком	180	3,6	3,0	15,0	101,9	№ 39
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	№ 7
Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5	-
Итого:	**400**	**15,6**	**12,2**	**56,4**	**399,5**	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие	200	3,0	1,0	42,0	192,0	№ 36
Итого:	**200**	**3,0**	**1,0**	**42,0**	**192,0**	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры солёные	50	0,6	0,0	1,2	6,8	-
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК №
Жаркое по-домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК №
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 37
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	-
Итого:	**610**	**26,7**	**21,1**	**73,7**	**597,6**	-
Полдник						
Ватрушка с повидлом	75	5,0	2,8	52,7	256,4	№ 45
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 39
Итого:	**272**	**5,2**	**2,8**	**62,7**	**298,1**	-
Ужин для детей от 3 до 7 лет						
Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,8	32,0	203,0	№ 16
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3	№ 39
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Итого:	**450**	**19,5**	**17,6**	**72,8**	**552,4**	-
Ужин 2						
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 40
Итого:	**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**	
Итого за 18 день:		**75,1**	**59,1**	**314,6**	**2132,1**	-

Шеф-повар: