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

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

# МЕНЮ

на 14.03. 2024 г.

| День 14 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепт |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак для детей от 3 до 7 лет** | | | | | | |
| Икра кабачковая консервированная | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 | - |
| Омлет натуральный | 150 | 15,3 | 18,9 | 2,9 | 249,4 | ТТК № |
| Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,3 | 16,7 | 113,2 | № 39 |
| Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | - |
| **Итого:** | **420** | **21,7** | **27,3** | **33,8** | **474,5** | - |
| **Завтрак II для детей от 3 до 7 лет** | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | № 39 |
| **Итого:** | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | - |
| **Обед для детей от 3 до 7 лет** | | | | | | |
| Помидоры соленые | 50 | 0,6 | 0,0 | 1,2 | 6,8 | - |
| Борщ с капустой и картофелем на М/Б | 180 | 2,0 | 3,7 | 8,8 | 78,5 | 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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| **Итого:** | **620** | **24,6** | **21,0** | **73,2** | **586,2** | - |
| **Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет** | | | | | | |
| Фрикадельки «Вкусняшка» с соусом молочным | 140/50 | 20,5 | 30,9 | 23,2 | 458,8 | ТТК № 350 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | № 39 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 46 |
| **Итого:** | **450** | **27,5** | **35,3** | **85,3** | **785,4** | - |
| **Итого за 14 день:** | | **74,8** | **83,8** | **211,9** | **1929,5** | |

**Шеф-повар:**