

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад № 10

Саксеева Г.М.

Меню № 1 На 13 марта 2023

|                           | Наименование блюда                                                       | ВЫХОД    | калорийное | Стоимость (руб) | ВЫХОД       | калорийное | Стоимость (руб) |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------|------------|-----------------|-------------|------------|-----------------|
|                           |                                                                          | ДО 3 ЛЕТ |            |                 | ПОСЛЕ 3 ЛЕТ |            |                 |
| Завтрак                   | Суп молочный с макаронными изделиями                                     | 152      | 110,7      | 9               | 158         | 157,6      | 11,02           |
|                           | Батон нарезной, масло сливочное, сыр порционный                          | 40/4/4   | 75,4       | 5,28            | 50/6/6      | 102,68     | 7,8             |
|                           | кофейный напиток                                                         | 150      | 70,005     | 4,54            | 180         | 93,34      | 6,29            |
| второй завтрак            | кисель                                                                   | 100      | 34,72      | 3,15            | 100         | 34,72      | 3,15            |
| Обед                      | Борщ                                                                     | 150      | 48,73      | 23,31           | 180         | 74,98      | 19,56           |
|                           | Рыба тушённая с овощами, пюре картофельное                               | 50/110   | 323,9      | 29,31           | 70/130      | 388,68     | 43,01           |
|                           | Компот из сухофруктов                                                    | 150      | 80,58      | 2,473           | 180         | 107,44     | 3,297           |
|                           | Хлеб пшеничный                                                           | 30       | 64,32      | 4,26            | 40          | 85,77      | 4,68            |
| уплотнительный полдник    | Омлет натуральный с маслом, зеленый горошек (промышленного производства) | 130/28   | 232,92     | 28,4            | 150/40      | 300,314    | 29,21           |
|                           | Хлеб пшеничный                                                           | 30       | 64,32      | 4,26            | 40          | 85,77      | 4,68            |
|                           | Напиток из шиповника, пряник                                             | 180/12   | 299,28     | 10,83           | 190/20      | 370,91     | 16,78           |
| калорийность за весь день |                                                                          |          | 1405,47    |                 |             | 1812,22    |                 |
| общая стоимость           |                                                                          |          |            | 124,81          |             |            | 149,48          |