

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 30 января 2024

(для детей от 1,5 до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ("Геркулесовой")	150	2,71	5,90	18,39	145,33
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	8,11	13,36	41,93	328,3
ОБЕД	Рассольник ленинградский	150	1,89	3,96	12,08	92,22
	Голубцы ленивые	150	11,67	18,73	13,98	300,04
	Салат из свеклы	40	0,60	1,37	3,52	28,78
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Компот из сушеных фруктов	150	0,04	0,00	8,70	33,12
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	16,82	24,5	62,9	566,48
ПОЛДНИК	Булочка "Домашняя" заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	Кисель молочный	180	3,65	4,03	20,14	131,06
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	7,48	11,87	50,52	337,38
УЖИН	Оладьи с повидлом	100	6,49	9,12	33,02	242,14
	Салат из моркови	40	0,52	0,04	4,76	21,58
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
	Яблоко свежее	60	0,24	0,24	5,88	28,2
ИТОГО ЗА УЖИН		395	8,58	9,55	56,44	346,98
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1535	40,99	59,28	211,79	1579,14

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 30 января 2024

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ("Геркулесовой")	200	3,28	7,86	24,52	193,78
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	9,43	15,87	51,81	399,76
ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	2,52	5,28	16,10	122,96
	Голубцы ленивые	200	14,90	24,98	18,64	400,06
	Салат из свеклы	60	0,90	2,06	5,28	43,16
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сушеных фруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	21,65	32,87	81,23	746,32
ПОЛДНИК	Булочка "Домашняя" заводская	50	3,83	7,84	30,38	206,32
	Кисель молочный	200	4,06	4,48	22,38	145,62
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,89	12,32	52,76	351,94
УЖИН	Оладьи с повидлом	120	7,79	10,94	39,62	290,57
	Салат из моркови					
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
	Яблоко свежее	60	0,24	0,24	5,88	28,2
ИТОГО ЗА УЖИН		465	10,95	11,49	70,86	430,12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1865	49,92	72,55	256,66	1928,14