

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 31 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	Вареники ленивые (отварные) со сгущенным молоком	140	11,85	14,10	23,06	305,3
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Кофейный напиток с молоком	180	3,51	3,85	10,87	91,96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	17,3	21,76	46,87	491,06
ОБЕД	Свекольник	150	2,08	4,80	12,53	102,17
	Гуляш из отварного мяса	60	9,11	15,69	4,46	223,73
	Пюре картофельное	110	2,65	3,78	16,43	110,88
	Салат из квашеной капусты	40	0,69	0,71	1,55	16,4
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Кисель из сока натурального	150	0,35	0,06	24,09	97,19
ИТОГО ЗА ОБЕД		570	17,24	25,46	81,62	659,77
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	60	5,94	5,87	34,83	217,51
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	11,16	11,63	43,29	325,51
УЖИН	Суп молочный с крупой (пшеничной)	150	3,59	5,46	19,09	143,83
	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
ИТОГО ЗА УЖИН		445	5,32	6,01	41,67	245,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1605	51,02	64,86	213,45	1722,23

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 31 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	Вареники ленивые (отварные) со сгущенным молоком	165	15,76	16,62	27,18	359,82
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	4,28	12,08	102,18
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	21,97	24,85	54,77	568,9
ОБЕД	Свекольник	200	2,78	6,40	16,70	136,22
	Гуляш из отварного мяса	80	11,48	20,92	5,94	298,3
	Пюре картофельное	130	3,13	4,47	19,42	131,04
	Салат из квашеной капусты	60	1,04	1,07	2,32	7
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Кисель из сока натурального	180	0,41	0,07	28,91	116,62
ИТОГО ЗА ОБЕД		725	22,12	33,48	104,06	847,19
ПОЛДНИК	Крендель сахарный	70	6,93	6,85	40,63	253,76
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	12,73	13,25	50,03	373,76
УЖИН	Суп молочный с крупой (пшеничной)	200	4,12	7,28	25,46	191,78
	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
ИТОГО ЗА УЖИН		525	6,66	7,93	53,49	317,76
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1920	63,48	79,51	262,35	2107,61