Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Улыбка»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Венгерова Н.В.

 Дата: «11» октября 2024г.\_

 Меню 5 день. 

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Выход** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Ккал** |
|  | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
| **Завтрак** |
| **Суп молочный с крупой** | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 4,11 | 4,932 | 13,93 | 17,617 | 110 | 132 |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 5/30 | 5/30 | 2,16 | 2,16 | 6,62 | 6,62 | 12,78 | 12,78 | 119 | 119 |
| **Чай с молоком** | 150 | 180 | 2,22 | 2,66 | 1,95 | 2,34 | 11,93 | 14,32 | 74,16 | 88,99 |
|  |  |  | 2 завтрак |  |  |  |  |  |  |  |
| **Банан 60 80 0,47 0,63 0,1 0,13 11,73 15,64 49,5 66**  |
| **Обед** |
| **Салат из свеклы с солеными огурцами** | 20 | 40 | 0,22 | 0,44 | 0,04 | 0,08 | 0,76 | 1,52 | 4,4 | 8,8 |
| **Борщ вегетарианский(мелкошинкованный)**  | 150 | 180 | 1,63 | 1,96 | 3,57 | 4,28 | 8,21 | 9,85 | 7,05 | 8,46 |
| **Котлета рыбная с маслом сливочным** | 60/5 | 80/5 | 8,02 | 10,49 | 2,82 | 3,69 | 5,99 | 7,83 | 181 | 236,69 |
| **Рагу из овощей** | 130 | 150 | 1,51 | 1,74 | 9,01 | 10,4 | 9,29 | 10,72 | 123,81 | 142,86 |
| **Хлеб пшеничный** | 20 | 30 | 1,59 | 2,39 | 0,2 | 0,3 | 9,7 | 14,55 | 47,3 | 70,95 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 1,98 | 2,64 | 1,03 | 1,37 | 10,02 | 13,36 | 52,2 | 69,6 |
| **Кисель из яблок** | 150 | 180 | 0,81 | 0,097 | 0,09 | 0,11 | 18,81 | 22,57 | 89,4 | 107,28 |
| **Полдник** |
| **Пирожки печеные с повидлом** | 50 | 100 | 2,88 | 5,76 | 1,17 | 2,34 | 27,78 | 55,56 | 133 | 266 |
| **Молоко кипяченое** | 150 | 180 | 4,58 | 5,5 | 4,08 | 4,9 | 7,58 | 9,1 | 85 | 102 |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | 1160 | 1460 | 31,691 | 41,67 | 34,79 | 41,49 | 148,51 | 204,51 | 1075,82 | 1418,63 |
| **Медсестра Крючко И.В.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Повар Пенковская Е.М.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |