

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 39» г. Находка  
В.В. Севрюк



**МЕНЮ**

**"03" мая 2024 год**

возрастная категория: 1 - 3 лет.

длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	5,8	8,68	20,8	185,3
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,04	37,4
	Батон нарезной	20	2,21	1,06	9,71	87,2
	Кофейный напиток с молоком	160	3,67	4	17,2	116,3
II Завтрак	Сок фруктовый	125	1,25	0	35	140
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>12,96</b>	<b>17,86</b>	<b>82,75</b>	<b>566,2</b>
Обед	Суп картофельный с крупой	170	1,41	2,26	8,25	59,5
	Капуста тушеная с мясом	160	7,2	6	5,89	204
	Хлеб ржаной	18	1,18	0,17	8,28	41,76
	Хлеб пшеничный	18	1,37	0,166	8,28	38,45
	Компот из смеси сухофруктов	160	0,84	-	21,56	85,96
<b>Итого за обед:</b>			<b>12</b>	<b>8,596</b>	<b>52,26</b>	<b>429,67</b>
Полдник	Котлета рыбная	50	13,15	4,35	0,53	93,35
	Рис отварной	100	2,47	4,2	21,87	135,33
	Хлеб ржаной	18	1,18	0,17	8,28	41,76
	Чай с сахаром	170	10,2	2,6	11,05	41,88
	Печенье	10	0,765	0,965	7,43	41,7
<b>Итого за полдник:</b>			<b>27,765</b>	<b>12,285</b>	<b>49,16</b>	<b>354,02</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>52,73</b>	<b>38,74</b>	<b>184,17</b>	<b>1349,89</b>

возрастная категория: 3 - 6 лет.

длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	180	6,98	10,42	25	222,38
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,04	37,4
	Батон нарезной	40	4,42	2,12	19,42	174,43
	Кофейный напиток с молоком	180	4,13	4,54	19,35	130,8
II Завтрак	Сок фруктовый	125	1,25	0	35	140
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>16,81</b>	<b>21,2</b>	<b>98,81</b>	<b>705,01</b>
Обед	Суп картофельный с крупой	180	1,5	2,4	8,74	63
	Капуста тушеная с мясом	170	7,65	6,37	6,25	216,75
	Хлеб ржаной	24	1,57	0,22	11,04	55,68
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,04	51,26
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,94	0	24,26	96,7
<b>Итого за обед:</b>			<b>13,48</b>	<b>9,21</b>	<b>61,33</b>	<b>483,39</b>
Полдник	Котлета рыбная	60	15,78	5,22	0,64	112,02
	Рис отварной	120	2,96	5,04	26,24	162,4
	Хлеб ржаной	24	1,57	0,22	11,04	55,68
	Чай с сахаром	180	10,8	2,76	11,7	44,35
	Печенье	20	1,53	1,93	14,87	83,4
<b>Итого за полдник:</b>			<b>32,64</b>	<b>15,17</b>	<b>64,49</b>	<b>457,85</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,93</b>	<b>45,58</b>	<b>224,63</b>	<b>1646,25</b>