**МЕНЮ обучающихся от 1,5 до 3 лет**

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «18» января 2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименования блюда | Масса порций (гр) | Калорийность (ккал) |
| **Завтрак** | Каша геркулесовая молочная | 150 | 188,76 |
|  | Какао с молоком | 180 | 130,68 |
|  | Батон сл масло | 30/8 | 195,5 |
| **2-й завтрак** | Сок фруктовый | 150 | 76 |
| **Обед** |  |  |  |
|  | Суп «шахтерский» | 150 | 48,00 |
|  | Рыба тушеная в томатном соусе **/** картофельное пюре | 68,57/137,00 | 106,00/204,00 |
|  | Напиток из шиповника с витамином С | 180 | 10,97 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 117,9 |
|  **Полдник** | Кисель | 200 | 121,52 |
|  | Кондитерское изделие | 30 | 125,10 |
| **Ужин** | Рисовый пудинг с сгущ молоком | 150 | 300,54 |
|  | Чай | 200 | 28,00 |

**МЕНЮ обучающихся от 3 до 7 лет**

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «18» января 2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименования блюда | Масса порций (гр) | Калорийность (ккал) |
| **Завтрак** | Каша геркулесовая молочная | 200 | 226,83 |
|  | Какао с молоком | 200 | 145,2 |
|  | Батон сл масло | 30/8 | 195,5 |
| **2-й завтрак** | Сок фруктовый | 150 | 76 |
| **Обед** |  |  |  |
|  | Суп «шахтерский» | 200 | 144,00 |
|  | Рыба тушеная в томатном соусе **/** картофельное пюре | 70/150 | 68,57/158,3 |
|  | Напиток из шиповника с витамином С | 200 | 87,00 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 117,9 |
|  **Полдник** | Кисель | 200 | 121,52 |
|  | Кондитерское изделие | 30 | 125,10 |
| **Ужин** | Рисовый пудинг с сгущ молоком | 150 | 300,54 |
|  | Чай | 200 | 28,00 |