**МЕНЮ обучающихся от 1,5 до 3 лет**

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «22» августа 2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименования блюда | Масса порций (гр) | Калорийность (ккал) |
| **Завтрак** | Каша геркулесовая молочная  | 150 | 188,76 |
|  | Какао с молоком | 180 | 130,68 |
|  | Кондитерское изделие | 25/5 | 117,90 |
| **2-й завтрак** | Сок | 150 | 76,81 |
| **Обед** | Салат из свежих овощей | 40 | 36,43 |
|  | Суп «шахтерский» | 150 | 115,20 |
|  | Рыба тушеная, картофельное пюре | 60/130 | 69,13/137,00 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 84,78 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 91,14 |
|  **Полдник** | Напиток ягодный | 180 | 54,94 |
|  | Кондитерское изделие | 30 | 117,90 |
| **Ужин** | Макароны с сл маслом с сахаром | 130 | 192,00 |
|  | Чай | 200 | 25,20 |

**МЕНЮ обучающихся от 3 до 7 лет**

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «22» августа 2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименования блюда | Масса порций (гр) | Калорийность (ккал) |
| **Завтрак** | Каша геркулесовая молочная  | 200 | 226,83 |
|  | Какао с молоком | 200 | 145,20 |
|  | Кондитерское изделие | 30/8 |  153,00 |
| **2-й завтрак** | Сок | 150 | 76,81 |
| **Обед** | Салат из свежих овощей | 60 | 42,84 |
|  | Суп «шахтерский» | 250 | 144,00 |
|  | Рыба тушеная, картофельное пюре | 70/150 | 82,92/158,30 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 94,20 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 121,52 |
|  **Полдник** | Напиток ягодный | 200 | 65,93 |
|  | Кондитерское изделие | 30 | 117,90 |
| **Ужин** | Макароны с сл маслом с сахаром | 150 | 313,60 |
|  | Чай | 200 | 28,00 |