МЕНЮ обучающихся от 1,5 до 3 лет

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «16» января 2025 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием  пищи | Наименования блюда | Масса  порций  (гр) | Калорийност ь(ккал) |
| Завтрак | Каша геркулесовая молочная | 150 | 188,76 |
|  | Какао с молоком | 180 | 130,68 |
|  | Батон сл масло | 22/5 | 127,50 |
| 2-й завтрак | Сок фруктовый | 150 | 76,00 |
| Обед | Салат из свеклы | 40 | 37,56 |
|  | Суп картофельный, с макаронными изделиями, с мясом птицы | 150 | 62,80 |
|  | Рыба тушеная с овощами, рис отварной | 50/130 | 68,57/180,56 |
|  | Компот из сухофруктов | 180 | 84,78 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 117,90 |
| Полдник | Напиток из шиповника | 180 | 79,00 |
|  | Печенье | 30 | 125,10 |
| Ужин | Запеканка из творога с сгущённым молоком | 130 | 296,00 |
|  | Чай | 200 | 28,00 |

МЕНЮ обучающихся от 3 до 7 лет

МКДОУ «Детский сад № 3 п.Теплое»

(наименование образовательной организации)

**на «16» января 2025 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием  пищи | Наименования блюда | Масса  порций  (гр) | Калорийность  (ккал) |
| Завтрак | Каша геркулесовая молочная | 200 | 226,83 |
|  | Какао с молоком | 200 | 145,20 |
|  | Батон сл масло | 30/8 | 195,50 |
| 2-й завтрак | Сок фруктовый | 150 | 76,00 |
| Обед | Салат из свеклы | 60 | 56,34 |
|  | Суп картофельный, с макаронными изделиями, с мясом птицы | 250 | 104,70 |
|  | Рыба тушеная с овощами, рис отварной | 70/150 | 107,89/225,70 |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 94,20 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 14,62 |
|  | Батон пшеничный | 30 | 117,90 |
| Полдник | Напиток из шиповника | 200 | 121,52 |
|  | Печенье | 30 | 87,00 |
| Ужин | Запеканка из творога с сгущённым молоком | 150 | 372,00 |
|  | Чай | 200 | 28,00 |