

21.04.2025 г.

Утверждено

И.о. Заведующий МДОУ Детский сад 104

Самофалова Я.И.



МЕНЮ 8 ч. 30 мин.

(Норма - 1 младшая группа/ норма - сад)

Завтрак 8.30

1. каша геркулесовая молочная с маслом , сахаром 150/200 гр.
2. батон 20/23 гр.
3. масло сливочное 7/10 гр.
4. кофейный напиток с молоком 180/200 гр

2 завтрак 10 часов

сок фруктовый 150/170 гр.

Обед 12 час.00 мин

1. рассольник на к/мясном бульоне со сметаной 180/200 гр
2. тушеная капуста 150/160 гр. Мясо отварное 60/70 гр..
3. компот из с/х фруктов 180/200 гр.
- Хлеб ржаной пшеничный 60/ 90 гр.

полдник 15 час.

Йогурт 150/180 гр. . .

Ужин

1. пудинг творожно манный с протертой ягодой 140/30 гр.
2. чай с сахаром 180/200 гр. .

Рекомендации дома

1. тефтели, овощной салат , фрукты, соки

м/с Чайковская О.Г

Энергетическая ценность 1400-1800 ккал.