



Утверждаю:  
«19» марта 2024 г.  
Заведующий МБ ДОУ  
ЦРР – Детский сад № 224»



## Меню на 20 марта 2024г.

	Наименование блюд	Норма выхода		Ккал
		С 2 до 3	С 3 до 7	
Завтрак	Морковь запеченная с сахаром	40	60	29,2/43,8
	Каша «Дружба» молочная жидкая	150	200	157,21/180,7
	Кофейный напиток с молоком	150	200	77,24/102,9
	Хлеб пшеничный	20	30	47,0/70,5
				310,65/397,9
10 <sup>00</sup>	Апельсин	168	168	70,5/70,5
Обед	Щи с мясом, сметаной	150/10/10	230/10/10	83,07/127,37
	Запеканка из отварного сердца	60	80	87,81/117,08
	Соус сметанный	30	40	28,6/46,02
	Каша перловая с овощами	120	150	109,83/130,7
	Кисель плодово - ягодный	150	200	71,95/98,4
	Хлеб ржаной	40	49	69,4/87,38
				448,66/606,95
Полдник	Бутерброд с повидлом	40	60	107,52/161,28
	Снежок	160	200	88,85/111,1
				196,37/372,38
Ужин	Огурец консервированный	40	65	5,2/7,8
	Рыба запечённая	60	80	94,21/125,6
	Картофель отварной с маслом	120/5	150/5	127,3/159,0
	Чай полусладкий	150	200	18,6/24,4
	Хлеб пшеничный	25	30	88,12/94,0
				333,43/410,8
Итого за день				1359,61/1758,53

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п. 8.1.7

