



Меню с 3-х до 7 лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша молочная ассорти	200	6,0	6,0	ц3	168
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101
Второй завтрак					
Сок	130	0,5	0,2	21,8	91
Обед					
Салат витаминный	50	0,6	4,0	4,6	5,7
Суп-пюре из птицы	180	4,5	5,1	15,5	126
Шницель рыбный	80	8,5	5,3	8,1	114
Картофельное пюре	150	3,0	4,4	18,9	127
Компот из сухофруктов	180	0,3	0	15,2	62
Хлеб пшеничный витамин.	30	2,4	0,3	11,4	58*
Хлеб ржаной	40	0,9	0,6	15,1	69
Полдник					
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	150	9,5	5,2	32,0	213
Биойогурт	180	3,2	4,5	2,9	65
Итого:		44		194	1361

Утверждаю:
Директор МАУ БР ДО д/сад "Малышок"

Грачева С.А. Грачева
23 декабря 2022г.

Меню до 3-х лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша молочная ассорти	150	4,8	5,2	18,6	140
Бутерброд с маслом	15/5	1,6	3,5	7,4	68
Кофейный напиток	180	2,4	2,0	11,9	75
Второй завтрак					
Сок до 3-х лет	100	0,2	0	17,3	70
Обед					
Салат витаминный	40	0,5	3,0	3,7	44
Суп-пюре из птицы	150	3,9	4,5	11,5	102
Шницель рыбный	60	6,2	4,6	7,5	96
Картофельное пюре	120	2,4	3,5	15,1	102
Компот из сухофруктов	150	0,2	0	12,7	52
Хлеб пшеничный витамин.	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51
Полдник					
Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	130	8,9	4,2	25,0	173
Биойогурт	150	2,7	2,9	2,4	47
Итого:		35	34	149	1039