



Меню с 3-х до 7 лет

	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
Каша "Дружба"	200	5.5	6.7	24.5	180
Бутерброд с маслом	20/10	1.8	7.1	9.9	111
Чай с лимоном	180	0.1	0	10.5	42
Хлеб пшеничный	20	0.4	0.2	8.8	39
Второй завтрак					
Фрукт	160	0.1	0.4	21.3	89
Обед					
Парезка из свеклы отварной	50	0.8	0	3.6	18
Суп из овощей с мясом и сметаной	180/20/5	4.4	4.1	9.0	91
Тефтели, запеченные в соусе с овощами	80	10.8	11.1	9.4	181
Макаронные изделия отварн.	130	2.9	2.2	29.0	147
Компот из смеси сухофруктов	180	0.3	0	15.2	62
Хлеб пшеничный витамин.	20	0.4	0.2	8.8	39
Хлеб ржаной	40	0.9	0.5	15.1	69
Полдник					
Булочка "Пермская"	50	2.3	4.3	25.5	150
Снежок	200	3.6	5.0	15.1	120
Итого:		34	42	205	1336

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

Грачева А.Грачева
 14 апреля 2023г.

Меню до 3-х лет

	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
Каша "Дружба"	150	4.7	4.9	22.2	152
Бутерброд с маслом	15/5	1.6	3.5	7.4	68
Чай с лимоном	180	0.1	0	10.5	42
Хлеб пшеничный	10	0.2	0.1	4.4	19
Второй завтрак					
Фрукт	130	0.1	0.4	17.0	70.8
Обед					
Парезка из свеклы отварной	40	0.6	0	2.5	12
Суп из овощей с мясом и сметаной	150/20/5	4.1	3.9	7.5	82
Тефтели, запеченные в соусе с овощами	60	8.1	10.9	7.7	161
Макаронные изделия отварн.	110	2.2	1.7	22.5	114
Компот из смеси сухофруктов	150	0.2	0	12.7	52
Хлеб пшеничный витамин.	20	0.4	0.2	8.8	39
Хлеб ржаной	30	0.7	0.4	11.3	52
Полдник					
Булочка "Пермская"	50	2.3	4.3	25.5	150
Снежок	150	2.7	3.5	5.7	65
Итого:		27	34	165	1074