



### Меню с 3-х до 7 лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша кукурузная жидкая	200	5.5	5.9	27.0	183
Бутерброд с сыром	20/10	4.2	2.6	9.9	80
Кофейный напиток	200	3.2	2.7	15.9	101
<b>Второй завтрак</b>					
Фрукт	160	0.1	0.4	21.3	89
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы с огурцами	50	0.6	4.0	3.3	52
Уха с крупой	180/50	11.7	7.4	10.1	154
Шницель из говядины	70	9.2	8.8	8.3	149
Картофельное пюре	150	3.0	4.4	18.9	127
Компот из сухофруктов	180	0.3	0	15.2	62
Хлеб пшеничный витамин.	20	0.4	0.2	8.8	39
Хлеб ржаной	30	0.7	0.4	11.3	52
<b>Полдник</b>					
Вафли	50	2.2	7.7	21.0	162
Витамин. напиток	200	0.5	0	24.9	102
<b>Итого:</b>		<b>42</b>	<b>45</b>	<b>196</b>	<b>1351</b>

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

*Грачева* Г.А. Грачева  
20 апреля 2023г.

### Меню до 3-х лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша кукурузная жидкая	150	4.1	4.4	20.3	137
Бутерброд с сыром	20/10	4.2	2.6	9.9	80
Кофейный напиток	180	2.4	2.0	11.9	75
<b>Второй завтрак</b>					
Фрукт	130	0.1	0.4	17.0	70,8
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы с огурцами	40	0.5	3.0	2.6	39
Уха с крупой	150/50	8.9	5.9	8.9	124
Шницель из говядины	60	7.2	7.8	7.1	127
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	52
<b>Полдник</b>					
Вафли	50	2.2	7.7	21.0	162
Сок до 3-х лет	150	0.3	0	12.2	50
<b>Итого:</b>		<b>33,4</b>	<b>37,8</b>	<b>154,1</b>	<b>1090</b>