



### Меню с 3-х до 7 лет

	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с мак. издел.	200	5.7	5.9	19.0	152
Бутерброд с маслом	20/10	1.8	7.1	9.9	111
Чай с лимоном	180	0.1	0	10.5	42
Хлеб пшеничный витамин.	25	0.5	0.3	11.0	48
<b>Второй завтрак</b>					
Сок	130	0.5	0.2	21.8	91
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	60	1.2	4.0	5.7	64
Суп-пюре из капусты с курой	180/20	6.7	6.6	6.4	112
Гуляш	70	10.2	9.3	2.1	133
Каша гречневая рассыпчатая	130	4.1	4.4	32.1	184
Компот из сухофруктов	180	0.3	0	15.2	62
Хлеб ржаной	20	0.4	0.2	8.8	39
Хлеб ржаной	30	2	0.3	10	51
<b>Полдник</b>					
Запеканка из творога с молоком сгущенным	180	12.7	9.2	15.9	197
Биойогурт	180	3.2	4.5	6.9	81
<b>Итого:</b>		<b>48</b>	<b>52</b>	<b>180</b>	<b>1384</b>

Утверждаю:

Директор МАУ БР ДО д/сад "Малышок"

*Грачева* Г.А.Грачева

27 апреля 2023г.

### Меню до 3-х лет

	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с мак. издел.	150	4.5	4.7	17.0	128
Бутерброд с маслом	15/5	1.6	3.5	7.4	68
Чай с лимоном	180	0.1	0	10.5	42
Хлеб пшеничный витамин.	20	0.4	0.2	8.8	39
<b>Второй завтрак</b>					
Сок до 3-х лет	100	0.2	0	17.3	70
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	40	0.6	3.0	4.5	47
Суп-пюре из капусты с курой	150/20	6.2	5.6	6	99
Гуляш	60	6.7	7.0	1.9	97
Каша гречневая рассыпчатая	110	3.4	3.7	28.0	159
Компот из сухофруктов	150	0.2	0	12.7	52
Хлеб пшеничный	10	0.2	0.1	4.4	19
Хлеб ржаной	20	0.5	0.3	7.5	34
<b>Полдник</b>					
Запеканка из творога с молоком сгущенным	140	8.9	7.2	9.5	138
Биойогурт	150	2.7	3.5	5.7	65
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>39</b>	<b>141</b>	<b>1058</b>