



Меню с 3-х до 7 лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша молочная ассорти	200	6.0	6.0	13	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 из помидор	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
Снежок	180	3.2	4.5	2.9	65
Итого:		44		194	1361

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

Грачева С.А. Грачева
 03 мая 2023г.

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 из помидор	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
Снежок	150	2.7	2.9	2.4	47
Итого:		35	34	149	1039