



Меню с 3-х до 7-лет

| Завтрак | Выход | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---------------------------|----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суфле творожное с соусом | 130/50 | 13,2 | 8,9 | 27 | 241 |
| Бутерброд с сыром | 20/10 | 4,2 | 2,6 | 9,9 | 80 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 12,6 | 51 |
| Второй завтрак | | | | | |
| Сок | 130 | 0,5 | 0,2 | 21,8 | 91 |
| Обед | | | | | |
| Салат из огурцов с маслом | 50 | 0,5 | 4,1 | 1,7 | 46 |
| Борщ с курицей и сметаной | 180/15/5 | 4,2 | 4,9 | 8,8 | 96 |
| Котлеты по-хлыновски | 80 | 8,8 | 10,1 | 11,2 | 171 |
| Овощи запеченные с яйцом | 150 | 6,3 | 7,0 | 19,8 | 168 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0,4 | 0,1 | 18,0 | 75 |
| Хлеб пшеничный витамин. | 10 | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 |
| Хлеб ржаной | 40 | 0,9 | 0,6 | 15,1 | 69 |
| Полдник | | | | | |
| Блинчики с повидлом | 50/20 | 2,1 | 3,1 | 31,0 | 160 |
| Биоюгурт | 200 | 3,6 | 6,4 | 10,5 | 114 |
| Итого: | | 45 | 47 | 193 | 1375 |

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

Грачева Г.А.Грачева
 26 июня 2023г.

Меню до 3-х лет

| Завтрак | Выход | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---------------------------|----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суфле творожное с соусом | 100/40 | 8,7 | 6,6 | 18,6 | 169 |
| Бутерброд с сыром | 20/10 | 4,2 | 2,6 | 9,9 | 80 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,1 | 0 | 10,6 | 43 |
| Второй завтрак | | | | | |
| Сок до 3-х лет | 100 | 0,2 | 0 | 17,3 | 70 |
| Обед | | | | | |
| Салат из огурцов с маслом | 40 | 0,4 | 3,0 | 1,3 | 34 |
| Борщ с курицей и сметаной | 150/15/5 | 3,8 | 4,8 | 7,2 | 87 |
| Котлеты по-хлыновски | 60 | 6,2 | 10,1 | 11,2 | 171 |
| Овощи запеченные с яйцом | 120 | 5,2 | 4,5 | 12,5 | 111 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 0,3 | 0,1 | 13,3 | 55 |
| Хлеб пшеничный витамин. | 10 | 0,2 | 0,1 | 4,4 | 19 |
| Хлеб ржаной | 30 | 0,7 | 0,4 | 11,3 | 51 |
| Полдник | | | | | |
| Блинчики с повидлом | 50/20 | 2,1 | 3,1 | 31,0 | 160 |
| Биоюгурт | 150 | 2,7 | 2,9 | 2,4 | 47 |
| Итого: | | 36 | 38 | 146 | 1071 |