



### Меню с 3-х до 7 лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша пшеничная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107
Чай с молоком	200	1,5	1,3	10,9	61
<b>Второй завтрак</b>					
Сок	130	0,5	0,2	21,8	91
<b>Обед</b>					
Салат из отварных овощей	50	1,2	4,1	6,3	67
Суп картофельный с клецками и курицей	180/15	5,4	5,3	9,2	106
Ленивые голубцы в соусе	200	15,3	15,9	16,1	269
Компот из ягод	180	0,1	0	14,4	58
Хлеб пшеничный витамин.	30	0,6	0,3	13,2	58
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
<b>Полдник</b>					
Булочка "К чаю"	50	1,7	5,5	18,1	129
Снежок	200	3,6	6,7	13,7	130
<b>Итого:</b>		<b>39</b>	<b>47</b>	<b>187</b>	<b>1331</b>

Утверждаю:

Директор МАУ БР ДО д/сад "Малышок"

*Грачева* Г.А.Грачева  
17 августа 2023г.

### Меню до 3-х лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша пшеничная жидкая	150	3,5	5,4	19,5	141
Бутерброд с повидлом	15/15	1,4	0,2	16,3	73
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	56
<b>Второй завтрак</b>					
Сок до 3-х лет	100	0,2	0	17,3	70
<b>Обед</b>					
Салат из отварных овощей	40	1,0	3,0	5,5	53
Суп картофельный с клецками и курицей	150/15	3,9	3,8	8,7	85
Ленивые голубцы в соусе	150	10,5	11,1	13,5	196
Компот из ягод	150	0,1	0	12,5	50
Хлеб пшеничный витамин.	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51
<b>Полдник</b>					
Булочка "К чаю"	50	1,7	5,5	18,1	129
Снежок	150	2,7	3,5	9,7	81
<b>Итого:</b>		<b>27</b>	<b>34</b>	<b>151</b>	<b>1022</b>