



Меню с 3-х до 7 лет

| Завтрак | Выход | Белки | Жиры | Углев | Ккал |
|---|-------|-----------|------|------------|-------------|
| Каша молочная ассорти | 200 | 6,0 | 6,0 | цз | 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 Г.А.Грачева
28 августа 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 |