



### Меню с 3-х до 7 лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп молочный с мак. издел.	200	5,7	5,9	19,0	152
Бутерброд с сыром	20/20	4,2	3,6	9,9	89
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101
<b>Второй завтрак</b>					
Отвар шиповника	100	0,2	0	21,7	88
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидор	50	0,5	4,0	2,7	49
Суп крестьянский с курой и сметаной	180/20/5	5,8	4,0	11,2	104
Фрикадельки рыбные, запеченные в соусе	80	12,5	6,2	12,2	155
Картофельное пюре	150	3,0	4,4	18,9	127
Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	18,0	73
Хлеб пшеничный витаминиз.	30	0,6	0,3	13,2	58
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
<b>Полдник</b>					
Печенье	60	1,4	7,7	20,0	155
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118
<b>Итого:</b>		<b>44</b>	<b>46</b>	<b>188</b>	<b>1342</b>

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

 Г.А.Грачева  
 07 декабря 2023г.

### Меню до 3-х лет

Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп молочный с мак. издел.	150	4,5	4,7	17,0	128
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80
Кофейный напиток	180	2,4	2,0	11,9	75
<b>Второй завтрак</b>					
Отвар шиповника	100	0,2	0	16,9	69
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидор	40	0,4	3,0	2,1	37
Суп крестьянский с курой и сметаной	150/20/5	5,6	3,8	7,7	87
Фрикадельки рыбные, запеченные в соусе	60	7,8	5,1	10,5	119
Картофельное пюре	120	2,4	3,5	15,1	102
Компот из свежих яблок	150	0,1	0,1	15,0	61
Хлеб пшеничный витаминиз.	10	0,2	0,1	4,4	19
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52
<b>Полдник</b>					
Печенье	50	1,2	7,2	18,0	142
Молоко питьевое кипяченое	150	4,1	3,8	6,1	75
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>36</b>	<b>147</b>	<b>1049</b>