



**Меню с 3-х до 7 лет**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
Суп молочный с мак. издел.	<b>200</b>	5,7	5,9	19,0	<b>152</b>
Бутерброд с маслом	<b>20/10</b>	1,8	7,1	9,9	<b>111</b>
Какао с молоком сгущ.	<b>200</b>	1,7	2,3	14,3	<b>85</b>
Хлеб ржанной	<b>15</b>	0,3	0,2	5,7	<b>26</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок	<b>130</b>	0,5	0,2	21,8	<b>91</b>
<b>Обед</b>					
Свекла отварная с маслом	<b>50</b>	0,8	4,0	3,6	<b>54</b>
Рассольник домашний с кури и сметаной	<b>180/15/5</b>	4,7	3,8	8,7	<b>88</b>
Рыба запеченная	<b>80</b>	16	6,1	7,3	<b>148</b>
Овощи припущенные	<b>150</b>	2,2	3,8	20,3	<b>124</b>
Компот из свежих плодов	<b>180</b>	0,4	0,1	18,0	<b>75</b>
Хлеб пшеничный витам.	<b>30</b>	0,6	0,3	13,2	<b>58</b>
Хлеб ржаной	<b>30</b>	0,7	0,4	10,0	<b>51</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка ванильная	<b>50</b>	2,9	4,1	29,0	<b>165</b>
Напиток витамин.	<b>200</b>	0,5	0	27,0	<b>110</b>
<b>ИТОГО</b>	<b>39</b>	<b>38</b>	<b>209</b>	<b>1336</b>	

Утверждаю  
 Директор МАУ БР ДО д/сад "Малышок"  
*Г.А.Грачева* Г.А.Грачева

06 марта 2024г

**Меню до 3-х лет**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углев</b>	<b>Ккал</b>
Суп молочный с мак. издел.	<b>150</b>	4,5	4,7	17,0	<b>128</b>
Бутерброд с маслом	<b>15/5</b>	1,6	3,5	7,4	<b>68</b>
Какао с молоком сгущ.	<b>180</b>	1,6	2,1	11,5	<b>71</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Фрукт	<b>130</b>	0,1	0,4	17	<b>70,8</b>
<b>Обед</b>					
Свекла отварная с маслом	<b>40</b>	0,6	3,2	2,5	<b>41</b>
Рассольник домашний с кури и сметаной	<b>150/15/5</b>	3,7	3,1	7,1	<b>71</b>
Рыба запеченная	<b>60</b>	8,9	5,5	5,8	<b>108</b>
Овощи припущенные	<b>120</b>	1,9	2,9	16,5	<b>100</b>
Компот из свежих плодов	<b>150</b>	0,3	0,1	13,3	<b>55</b>
Хлеб пшеничный витам.	<b>25</b>	0,5	0,3	11,0	<b>18</b>
Хлеб ржаной	<b>30</b>	0,7	0,4	11,3	<b>52</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка ванильная	<b>50</b>	2,9	4,1	29,0	<b>165</b>
Кисломолоч. напиток	<b>150</b>	2,7	2,9	2,4	<b>47</b>
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>	<b>33</b>	<b>152</b>	<b>1024</b>	