


### Меню с 3-х до 7 лет

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

Утверждаю  
 Директор МАУ БР ДО д/сад "Малышок"

 Г.А.Грачева  
 23 апреля 2024г.

### Меню до 3-х лет

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