

Утверждаю:
Зав. ДОУ

«01» июля



2 день
Нагорная И.Г.

МЕНЮ ДО 3 ЛЕТ

Завтрак:

Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» 150	158,79 ккал
Какао с молоком 180	86,06 ккал
Хлеб пшеничный со сливочным маслом 25/5/8 и твердым сыром	123,02 ккал
Итого:	367,87 ккал

Завтрак II: сок фруктовый
восстановленный осветленный с
сахаром промышленного
производства 150

70,5 ккал

Обед:

Нарезка из сверих огурцов 30	3,9 ккал
Свекольник со сметаной 150/8	91,46 ккал
Вермишелевая запеканка с отварным мясом говядины 160	334,47 ккал
Кисель из сухофруктов 150	75,24 ккал
Хлеб пшеничный 20	45,2 ккал
Хлеб ржаной 15	30,15 ккал
Итого:	580,42 ккал

Полдник:

Рыба тушеная с овощами 60	165,12 ккал
Чай с сахаром 180	23,94 ккал
Хлеб ржаной 20	40,2 ккал
Итого:	229,26 ккал

Итого за день: 1248,05 ккал

Утверждаю:
Зав. ДОУ

«01» июля



2 день
Нагорная И.Г.

МЕНЮ ДО 7 ЛЕТ

Завтрак:

Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» 200	169,59 ккал
Какао с молоком 200	105,37 ккал
Хлеб пшеничный со сливочным маслом и твердым сыром 25/7/12	132,15 ккал
Итого:	407,11 ккал

Завтрак II: сок фруктовый
восстановленный осветленный с
сахаром промышленного
производства 150

70,5 ккал

Обед:

Нарезка из сверих огурцов 50	6,5 ккал
Свекольник со сметаной 200	96,97 ккал
Вермишелевая запеканка с отварным мясом говядины	400,55 ккал
Кисель из сухофруктов 180	93,42 ккал
Хлеб пшеничный 30	33,9 ккал
Хлеб ржаной 20	40,2 ккал
Итого:	671,54 ккал

Полдник:

Рыба тушеная с овощами 80	189,41 ккал
Чай с сахаром 200	31,92 ккал
Хлеб ржаной 20	40,2 ккал
Итого:	261,53 ккал

Итого за день: 1410,68 ккал