

Утверждаю:
Зав. ДОУ

4 день

Нагорная И.Г.

«03»



МЕНЮ ДО 3 ЛЕТ

Завтрак:

Каша вязкая молочная «ДРУЖБА» 150 139,74 ккал
Какао с молоком 180 86,06 ккал
Хлеб пшеничный с маслом сливочным и твердым сыром 20/5/8 123,02 ккал
Итого: 348,82 ккал

Завтрак II: сок фруктовый восстановленный осветленный с сахаром промышленного производства 150 70,5 ккал

Обед:
Икра кабачковая 30 35,7 ккал
Борщ со свежей капустой и сметаной 150/8 77,55 ккал
Картофельное пюре 110 116,33 ккал
Котлета из мяса курицы 60 116,06 ккал
Компот из сухофруктов 150 59,59 ккал
Хлеб пшеничный 15 16,95 ккал
Хлеб ржаной 25 50,25 ккал
Итого: 472,43 ккал

Полдник:

Творожная запеканка с повидлом фруктовым 130/20 236,29 ккал
Кефир 2,5% 180 95,4 ккал
Итого: 331,69 ккал
Итого за день: 1223,44 ккал

Утверждаю:
Зав. ДОУ

4 день

Нагорная И.Г.

«03»



МЕНЮ ДО 7 ЛЕТ

Завтрак:

Каша вязкая молочная «ДРУЖБА» 200 201,12 ккал
Какао с молоком 200 105,37 ккал
Хлеб пшеничный с маслом сливочным и твердым сыром 20/7/12 132,15 ккал
Итого: 438,64 ккал

Завтрак II: сок фруктовый восстановленный осветленный с сахаром промышленного производства 150 70,5 ккал

Обед:
Икра кабачковая 50 61 ккал
Борщ со свежей капустой и сметаной 200/10 91,78 ккал
Картофельное пюре 130 120,72 ккал
Котлета из мяса курицы 80 144,2 ккал
Компот из сухофруктов 180 71,51 ккал
Хлеб пшеничный 30 33,9 ккал
Хлеб ржаной 35 70,35 ккал
Итого: 593,46 ккал

Полдник:

Творожная запеканка с повидлом фруктовым 150/25 304,27 ккал
Кефир 2,5% 200 106 ккал
Итого: 410,27 ккал
Итого за день: 1512,87 ккал