

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ ЦРР - д/с № 34
 О.Н.Кулешова
 «09» января 2023г.

МЕНЮ САД 3 ДЕНЬ

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Бутерброд с маслом	25	82,5 ккал
Суп молочный с макаронными изделиями	200	156,8 ккал
Кофейный напиток на молоке	180	94,86 ккал
Кондитерские изделия	40	121,8 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Сок	180	75 ккал
ОБЕД		
Овощи соленые	64	36,73 ккал
Суп картофельный с бобовыми	200	111,77 ккал
Плов из отварной птицы	180	343,03 ккал
Компот из смеси сухофруктов	180	109,66 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	35	74,9 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Чай с сахаром	180	50,708 ккал
Соус молочный сладкий	20	25,542 ккал
Запеканка из творога	97	220,42 ккал
ИТОГО		1613,82 ккал