

Заведующий МАОУ ЦРР - д/с № 34

УТВЕРЖДАЮ

С.Н.Кулешова

28 апреля 2023г.

**МЕНЮ САД 1 ДЕНЬ**



Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>		
Кисель витаминизированный	50	18,5ккал
Икра кабачковая	40	48ккал
Омлет натуральный	110	160,48 ккал
Кофейный напиток с молоком	180	94,86 ккал
Кондитерские изделия	40	121,8 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок фруктово-ягодный	150	75 ккал
<b>ОБЕД</b>		
Овощи свежие	81	18,63 ккал
Рассольник ленинградский	200	150,474 ккал
Шницель рыбный	90	113,35 ккал
Картофельное пюре	100	90,534 ккал
Компот свежих плодов	180	65,604 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	35	74,9 ккал
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
Сдоба обыкновенная	80	245,341 ккал
Чай с лимоном	180	51,908 ккал
	<b>ИТОГО</b>	1420,98 ккал