



Заведующий

МАЛОВЕРЖДАЮ
САДСУ/ТМРЗ д/с № 34
О.Н.Кулешова
18 апреля 2023г.

МЕНЮ САД 10 ДЕНЬ

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5ккал
Бутерброд с маслом	25	82,5 ккал
Каша жидкая молочная рисовая	200	278,44 ккал
Какао с молоком	180	119,652 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Молоко кипяченое	180	109,62 ккал
ОБЕД		
Овощи свежие	81	11,34 ккал
Борщ	200	84,756ккал
Бефстроганов из отварного мяса	40	91,15 ккал
Макароны отварные	90	128,96 ккал
Компот из смеси сухофруктов	180	109,66 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	85,6 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Запеканка из творога	78	181,645 ккал
Соус молочный сладкий	20	25,54 ккал
Кисломолочный продукт	180	188,84 ккал
	ИТОГО	1607,813ккал