

Заведующий МАДОУ ЦРР - д/с № 34
О.И.Кудешева
30.08.2023г.



МЕНЮ САД 3 ДЕНЬ
индивидуальное

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Макаронные изделия отварные	90	128,96ккал
Чай	180	50,708 ккал
Кондитерские изделия	40	121,8 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Сок	150	75ккал
ОБЕД		
Овощи свежие	81	11,34 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
Каша пшеничная рассыпчатая	100	90,5 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
ИТОГО		1324,276ккал