

Заведующий МХ ДОУ ЦКР № 34

УТВЕРЖДАЮ

О.Н.Кутешова

28 апреля 2023г.



## МЕНЮ САД 8 ДЕНЬ

### индивидуальное

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Каша гречневая рассыпчатая	200	194,95 ккал
Чай	180	50,708 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Кондитерские изделия	40	121,8 ккал
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Фрукты	133	55,062 ккал
<b>ОБЕД</b>		
Икра свекольная	80	112,13 ккал
Суп крестьянский с крупой	200	104,22 ккал
Жаркое по-домашнему	220	312,64 ккал
Сок фруктово-ягодный	180	90 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	85,6 ккал
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
Рис отварной	100	147,63 ккал
Чай	180	50,708 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
	<b>ИТОГО</b>	<b>1481,34 ккал</b>