

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ ЦРР - д/с № 34
О.Н.Кулешова
31 октября 2023г.

МЕНЮ САД 3 ДЕНЬ
индивидуальное



Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Макароны отварные	90	128,96 ккал
Чай	180	62 ккал
Кондитерские изделия	30	121,8 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Сок	150	75ккал
ОБЕД		
Икра свекольная	80	112,13 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	40	85,6 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Чай с сахаром	180	62 ккал
Каша овсяная диетическая	200	97,5ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
ИТОГО		1465,35 ккал