

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

МЕНЮ САД 6 ДЕНЬ
индивидуальное

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Каша овсяная	200	97,5 ккал
Чай	180	62 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Фрукты	133	55,062 ккал
ОБЕД		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	85,08 ккал
Биточки из говядины паровые	100	288,108 ккал
Капуста тушеная	165	124,3 ккал
Компот из свежих плодов	180	65,604 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	85,6 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Зеленый горошек	60	24 ккал
Рыба отварная	80	71,98 ккал
Чай с сахаром	180	62 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
ИТОГО		1177,134 ккал