

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

МЕНЮ САД 10 ДЕНЬ

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
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 соленые	81	13,2 ккал
Борщ	200	84,756 ккал
Бефстроганов из отварного мяса	40	91,15 ккал
Каша гречневая рассыпчатая	100	194,95 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	108	241,14 ккал
Соус молочный сладкий	200	25,54 ккал
Кисломолочный продукт	180	100,8 ккал
	ИТОГО	1647,108 ккал