

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

**МЕНЮ САД 6 ДЕНЬ**

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Бутерброд с сыром	31	110,76 ккал
Каша молочная овсяная	200	233,56 ккал
Какао с молоком	180	119,652 ккал
Хлеб пшеничный	20	34,35 ккал
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Фрукты	133	55,062 ккал
<b>ОБЕД</b>		
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
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
Зеленый горошек	60	24 ккал
Рыба запеченная в омлете	160	294,509 ккал
Чай с сахаром	180	50,708 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
<b>ИТОГО</b>		1692,843 ккал