

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ ЦРР - д/с № 34
О.И.Кулешова
«31» октября 2024г.

МЕНЮ САД 10 ДЕНЬ

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Каша вязкая рисовая	200	157,6 ккал
Какао с молоком	180	107 ккал
Хлеб пшеничный	40	136 ккал
10 ЧАСОВ		
Молоко кипяченое	180	109,62 ккал
Кондитерское изделие	40	121,8 ккал
ОБЕД		
Овощи сол.	81	22 ккал
Суп картофельный с бобовыми	200	107,8 ккал
Бефстроганов из отварного мяса	160	223,8 ккал
Каша гречневая рассыпчатая	100	203,55 ккал
Компот из сушеных фруктов	180	110,73 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	64,2 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Сырники из творога	105	234 ккал
Соус молочный сладкий	30	30,44 ккал
Чай с сахаром	180	70,2 ккал
	ИТОГО	1763,04 ккал