

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

МЕНЮ САД 3 ДЕНЬ



Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Бутерброд с маслом	40	136 ккал
Каша из круп вязкая	200	307 ккал
Кофейный напиток с молоком	180	91 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Сок	200	76 ккал
ОБЕД		
Икра свекольная	50	34,8 ккал
Суп картофельный с бобовыми	200	107,8 ккал
Плов из птицы	180	377 ккал
Компот из сушеных фруктов	180	113 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	64,2 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Чай с сахаром	180	70,2 ккал
Соус молочный сладкий	30	30,4 ккал
Запеканка из творога	130	247 ккал
Фрукты	150	70,3 ккал
ИТОГО		1834,8 ккал