

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

МЕНЮ САД 8 ДЕНЬ

Наименование	Грамм в одной порции	Калорийность
ЗАВТРАК		
Кисель витаминизированный	50	18,5 ккал
Икра кабачковая	40	48 ккал
Яйцо вареное	40	63 ккал
Чай с молоком	180	89 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
10 ЧАСОВ		
Фрукты	150	70,3 ккал
ОБЕД		
Овощи сол.	81	22 ккал
Борщ	200	77 ккал
Тефтели рыбные паровые с соусом	80/30	90,22 ккал
Картофельное пюре	150	137,25 ккал
Компот из смеси сух/фруктов	180	110,73 ккал
Хлеб пшеничный	20	45,8 ккал
Хлеб ржаной	40	64,2 ккал
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
Запеканка из творога	130	247 ккал
Соус молочный сладкий	30	30,44 ккал
Кисломолочный продукт	180	90 ккал
	ИТОГО	1249,24 ккал