



Утверждаю  
Зав. МДОУ д/с№13  
Рябухина Е.Н.

МЕНЮ (9 ДЕНЬ)

Дата 29.12 2022г.

**Завтрак**

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7лет	1-3 лет	3-7лет	1-3 лет
Каша гречневая с сахаром	200	150	205,9	153,61
Батон	80	60	200	150
Чай с сахаром	200	150	68,63	46,98
Масло сливочное	10	8	74,8	59,84
Сок	100	100	42	42

**Обед**

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7лет	1-3 лет	3-7лет	1-3 лет
Винегрет	60	40	52,8	35,2
Суп овощной	200	150	106,65	61,8
Запеканка с мясом	220	150	466,3	238,4
Компот из кураги	200	150	95,6	80,6
Хлеб ржаной	50	40	106,8	85,44

**Полдник**

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7лет	1-3 лет	3-7лет	1-3 лет
Пшено-рисовые биточки с шокол.подливой	90	60	263,8	182,73
Какао на молоке	200	150	184,93	134,2