



## МЕНЮ (3 ДЕНЬ)



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

Дата 9.11.2022г.

### Завтрак

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет
Каша молочная манная	200	150	246,8	159,41
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	
	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет
Щи из свежей капусты со сметанной	200/8	150/5	66,92	57,3
Макаронны отварные с маслом	150	120	230,9	184,72
Котлеты куриные с зеленым горошком	90/40	60/25	374,6	242,2
Компот из сухофруктов	200	150	64,7	40,8
Хлеб ржаной	50	40	106,8	85,44

### Полдник

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет
Оладьи с молочной подливой	170/50	120/30	459,8	308,7
Варенец с сахаром	200	150	145	108,4