



## МЕНЮ (3 ДЕНЬ)

Утверждаю

Зав. МДОУ д/с№13

Рябухина Е.Н.



Дата 05.07 2023г.

### Завтрак

| Наименование блюд    | Масса порции |         | Калорийность порции |         |
|----------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|                      | 3-7лет       | 1-3 лет | 3-7лет              | 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 <i>Яблочный</i>  | 100          | 100     | 42                  | 42      |

### Обед

| Наименование блюд                  | Масса порции |         | Калорийность порции |         |
|------------------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|                                    | 3-7лет       | 1-3 лет | 3-7лет              | 1-3 лет |
| Щи из свежей капусты со сметанной  | 200/8        | 150/5   | 66,92               | 57,3    |
| Макароны 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 |         |
|----------------------------|--------------|---------|---------------------|---------|
|                            | 3-7лет       | 1-3 лет | 3-7лет              | 1-3 лет |
| Оладьи с молочной подливой | 170/50       | 120/30  | 459,8               | 308,7   |
| Чай с сахаром              | 200          | 150     | 68,63               | 46,98   |