



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

МЕНЮ (7 ДЕНЬ)

Дата 21.03 2023г.

Завтрак

Наименование блюд	Масса порции		Калорийность порции	
	3-7лет	1-3 лет	3-7лет	1-3 лет
Каша геркулесовая молочная	200	150	227,54	172,43
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
Борщ с картофелем и сметаной	200/8	150/5	86,55	68,5
Тефтели с макаронами	70/150	50/110	349,1	255,3
Кисель	200	150	101,9	37,2
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
Пирог с повидлом	95	60	286,4	192,3
Чай с сахаром	200	150	68,63	46,98