

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 «Атабаевский детский сад»  
 С.А.Спиридонова

Меню от 3 до 7 лет  
 Дата 15 февраля 2021



№	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			ккалл
			Б	Ж	У	
<b>1.</b>	<b>завтрак</b>					
	Каша овсяная (геркулес) с маслом	200/5	3,8	6,68	19,04	152
	Бутерброд с маслом	30/10	2,46	7,55	14,62	136
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
<b>2.</b>	<b>Второй завтрак</b>					
	Сок	150	1,26	0,36	20,52	90
<b>3.</b>	<b>обед</b>					
	Салат из зеленого горошка консервированного	60	9,94	1,73	2,08	27,86
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	1,68	2,68	9,7	69,8
	Рагу из овощей	180	2,67	4,82	12,19	104
	Котлета из говядины	80	9,84	8,02	7,16	139
	Компот из сухофруктов	180	0,16	0,16	23	96
	Хлеб пшеничный	40	4,74	0,6	28,98	142
<b>4.</b>	<b>полдник</b>					
	Пирожки печеные с мясом	100	8,54	6,22	20,35	172
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102
<b>ИТОГО: 138 руб. 65 коп.</b>						