

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

Меню от 3 до 7 лет

Дата 20 февраля 2021 г

| № | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | ккалл |
|---------------|----------------------------------|-----------------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1. | завтрак | | | | | |
| | Каша «Дружба» с маслом | 200\5 | 6,21 | 7,73 | 27,71 | 201 |
| | Бутерброд с маслом | 30\10 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 |
| 2. | Второй завтрак | | | | | |
| | Со к фруктовый | 100 | 1,26 | 0,36 | 20,52 | 90 |
| 3. | обед | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,5 | 1,6 | 3,13 | 30,2 |
| | Борщ с мясом | 200 | 7,92 | 5,82 | 10,98 | 128 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 6,4 | 20,44 | 138 |
| | Котлета мясная | 80 | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 139,13 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,4 | 0,02 | 25 | 102,6 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 102 |
| 4. | полдник | | | | | |
| | Суп молочный с вермишелью | 150 | 5,76 | 5,22 | 18,84 | 146 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40 |
| | Батон | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71 |
| ИТОГО: | | | 104 руб. 57 коп. | | | |