

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



Меню от 3 до 7 лет

Дата 10 февраля 2021 г

№	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			ккал
			Б	Ж	У	
<b>1.</b>	<b>завтрак</b>					
	Каша пшеничная жидкая с маслом	200	5,4	6,08	26,2	179,8
	Бутерброд с маслом	30	1,0	2,45	7,55	136
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89
<b>2.</b>	<b>Второй завтрак</b>					
	Соколюк фруктовый	100	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 бобовыми (горох)	200	4,92	5,	15,42	131
	Рагу овощное	150	3,1	10	13,78	157,5
	Шницель из говядины	70	9,84	8,02	7,16	139
	Кисель	180	-	-	10,02	44,64
	Хлеб пшеничный	40	4,74	0,6	28,98	102
<b>4.</b>	<b>полдник</b>					
	Блинчики со сгущенным молоком	135	6,34	7,2	22,68	281,1
	Чай с сахаром	180	3,15	2,72	12,96	89
<b>ИТОГО:</b>			<b>113</b>	<b>руб. 34</b>	<b>коп.</b>	