Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ Параньгинский
детский сад №3 «Колокольчик»
Мухамадьянова Р.Р.

М Е Н Ю

с 1-3 лет и с 3-7 лет на « 24 » октября 2023г.

Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша рисовая с маслом	150/4/200/5	2,32/3,09	3,96/4,07	24,08/32,09	142,2/[illegible]
Чай с молоком***	140/150	2,34	2,34	14,02	78,2/84,1
Хлеб пшеничный	28/30	2,4	0,8	16,7	59,9/63,5
	322/275				**280,10**/376,9
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
Кисломолочный напиток	100/100	6	4,8	6,3	83,75/ 83,75
	100/100				**83,75/83,75**
ОБЕД					
Суп крестьянский со сметаной	150/200	6,0	5,53	4,74	110,9/ 147,86
Пюре картофельное**	120/150	2,71	3,76	6,8	103,15/ 128,92
Тефтели	60/70	4,42	8,46	5,59	83,64/ 97,57
Соус томатный	15/20	0,72	1,38	4,3	36,33/ 48,44
Компот из сушеных плодов (с изюмом) ***	150/200	0,3	0,01	20,85	84,75/ 113
Хлеб ржаной	40/50	3,25	0,6	1,31	72,46/ 90,58
	535/690				**491,23/ 626,37**
ПОЛДНИК					
Каша гречневая рассыпчатая	120/150	5,73	4,06	25,76	194,4/243
Компот из свежих фруктов	100/150	5,82	5,82	13,39	34,68/62,61
Хлеб ржаной	20/20	1,95	0,3	0,79	36,23/36,23
	240/320				265,31/341,84
				ИТОГО:	1120,39/1428,86