

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



МЕНЮ

с 1-3 лет и с 3-7 лет на «13» сентября 2023г.

Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша пшенная с маслом	150/4 200/5	4,27	4,86	24,48	159 200
Какао с молоком	150/200	4,65	4,65	19,00	135,9 181,18
Хлеб пшеничный	30/35	2,4	0,8	16,7	75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
Чай без сахара	100/100	0	0	0	0
Вафли***	30/30	1,5	7,5	19,5	153
ОБЕД					
Суп с макаронными изделиями	150/200	4,96	2,67	9,35	96,03/ 280,52
Жаркое по домашнему**	150/200	12,4	11,25	13,07	210,39/ 253,1
Компот из сухофруктов ***	150/200	0,23	0,01	18,28	72,57/ 96,76
Хлеб ржаной	40/50	3,25	0,6	1,31	72,46/ 90,58
ПОЛДНИК					
Ватрушка с повидлом**	100/100	10,08	4,56	29,04	384/384
Компот из сушеных плодов (с черносливом) ***	200/200	0,3	0,01	20,85	84,75/ 113