

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Параньгинский детский сад №3 «Колокольчик»

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

М Е Н Ю

1-3 лет и с 3-7 лет

2023 г.

Прием пищи Наименование блюда	Масса порци н	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша «Дружба» с маслом	150/4/2 00/5	4,09	6,85	23,39	169/213
Кофейный напиток с молоком	150/200	3,6	3,6	18,69	119,7/15 9,56
Хлеб пшеничный	30/35	2,4	0,8	16,7	64,28/75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
Компот из сушеных плодов (с черносливом)***	100/100	0,3	0,01	20,85	56,5/56,5
ОБЕД					
Суп гороховый на курином костном бульоне	150/200	7,38	4,4	9,23	144,64/1 73,48
Мясо птицы тушеное с овощами**	150/200	7,58	5,4	13,74	134,16/1 78,87
Компот из свежих фруктов	150/200	5,82	5,82	13,39	52,03/69, 37
Хлеб ржаной	40/50	3,25	0,6	1,31	72,46/90, 58
ПОЛДНИК					
Оладьи со сгущенкой ***	100/10 150/10	3,6	6,64	20,32	353,5/53 0,25
Чай с лимоном***	200/200	0,09	0,01	8,49	45,6/45,6