

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



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

МЕНЮ

на «21» Сентября 2023г

1-3лет и др.

Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая с маслом	130/4/20 0,5	4,05	5,69	20,36	177,0
Чай с сахаром	150/20 0	9	2,3	10,05	106,56
Хлеб пшеничный	30/35	2,4	0,8	16,7	85,7
ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
Фрукты свежие***	100/10 0	0,4	0,4	9,8	94,0
ОБЕД					
Щи из свежей капусты и на курином костном бульоне	150/3/2 00/5	2,08	5,87	12,41	162,0
Каша пшеничная **	110/150	6,84	2,89	32,94	168,0
Икра свекляная(**)	30/50	0,9	1,7	5,4	36,33
Шницель рыбный натуральный**	50/70	9,06	2,94	6,17	97,56
Компот из сушеных плодов (с изюмом)***	150/20 0	0,3	0,01	20,85	96,76
Хлеб ржаной	30/50	3,25	0,6	1,31	108,7
ПОЛДНИК					
Суп молочный с макаронными изделиями**	110/1 50	4,96	2,67	9,35	282,75
Компот из сухофруктов ***	130/200	0,23	0,01	18,28	53,06
Хлеб ржаной	25/30	1,95	0,3	0,79	