

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



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

## МЕНЮ

1-3 лет и с 3-7 лет

на «27» Сентября 2023г

Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшениная с маслом	150/4/2 00/5	4,27	4,86	24,48	159/200
Какао с молоком	150/200	4,65	4,65	19,0	84,4/113, 06
Хлеб пшеничный	30/35	2,4	0,8	16,7	64,28/75
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Чай без сахара	100/100	0	0	0	0
Печенья***	30/30	1,5	7,5	19,5	153
<b>ОБЕД</b>					
Суп с макаронными изделиями	150/200	4,96	2,67	9,35	96,03/12 8,04
Жаркое по домашнему	150/200	12,4	11,25	13,07	210,39/ 280,52
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
<b>ПОЛДНИК</b>					
Сырники из творога со сгущенкой	60/10/1 00/10	15,45	10,99	14,72	282,75/ 282,75
Компот из сушеных плодов (с курагой) ***	200/200	0,3	0,01	20,85	113/113