



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБ ДОУ №29
О.П. Пашенко
20.02.2023

МЕНЮ ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Вес блюда. (3-7 лет) |
|---|-------------------------|
| Каша жидкая молочная с крупой (пшеничной) | 200 |
| сыр | 10 |
| Батон | 30 |
| Масло сливочное | 5 |
| Чай с сахаром | 200 |

ОБЕД

| | |
|------------------------------|-----|
| Борщ с капустой и картофелем | 200 |
| Биточки рыбные запеченные | 80 |
| Каша рассыпчатая (гречневая) | 130 |
| Соус томатный | 30 |
| Хлеб ржаной | 20 |
| Хлеб пшеничный | 50 |
| Компот из сухофруктов | 200 |

ПОЛДНИК

| | |
|--------------------------------|-----|
| Бутерброд со сгущенным молоком | 50 |
| Напиток кисломолочный | 200 |

УЖИН

| | |
|-----------------|-----|
| Омлет | 150 |
| Зеленый горошек | 50 |
| Хлеб пшеничный | 20 |
| Яблоки | 100 |
| Какао с молоком | 200 |

| Итого за день | Белки г. | Жиры г. | Углеводы г. | ЭЦ, ккал | Выход, г. |
|------------------|-------------|------------|----------------|----------|-----------|
| 3-7 лет | 55,61 | 48,5 | 307,95 | 2002,12 | 1970,0 |