

5 день

## \*ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МАДОУ детского сада № 389  
 Детский сад № 389  
 И.В. Климкина  
 Возрастная группа 3-7 лет

номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, грамм	Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
4.19/4/4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с	200	5,44	6,31	27,63	2
7.035/2	Батон с маслом 25/6	31	1,95	5,7	13,37	10
7.435/6	Сыр	7	1,67	1,72	0	2
2021/30/1	Чай с молоком	180	2,36	2,54	12,02	8
<b>Итого за прием:</b>		<b>418</b>	<b>11,42</b>	<b>16,27</b>	<b>53,02</b>	<b>42</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.15/10/3	Напиток из шиповника	100	1,05	0,07	15,26	6
<b>Итого за прием:</b>		<b>100</b>	<b>1,05</b>	<b>0,07</b>	<b>15,26</b>	<b>6</b>
<b>Обед</b>						
7.275/1	Икра кабачковая	30	0,59	2,69	2,81	3
7.9/2/2	Рассольник со сметаной	180	1,3	2,55	9,5	7
7.15/3/2	Свекла тушеная в молочном соусе	130	2,86	3,19	18,13	11
7.22/8	Фрикадельки из мяса припущенные	80	12,07	12,79	6,36	21
7.6/10/1,	Компот из сухофруктов	180	0,36	0	17,41	7
7.002/1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,54	5
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02	4
<b>Итого за прием:</b>		<b>650</b>	<b>20,68</b>	<b>21,76</b>	<b>76,77</b>	<b>60</b>
<b>Полдник</b>						
7.21/2/3	Суп молочный с лапшой	150	2,46	2,86	9,39	8
7.023	Йогурт питьевой	150	7,48	4,79	12,72	128
7.2/12	Булочка творожная	60	7,2	9,13	28,66	248
<b>Итого за прием:</b>		<b>360</b>	<b>17,14</b>	<b>16,78</b>	<b>50,77</b>	<b>45</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1528</b>	<b>50,29</b>	<b>54,88</b>	<b>195,82</b>	<b>1544</b>