

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детского сада № 389

И.В. Климкина

возрастная группа 3-7 лет

*ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

9 день

номер	Наименование изделий (блюдо)	Выход, грамм	Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
7.5/4/4	Каша манная молочная с маслом	200	6,39	8,07	26,76	224
7.035/2	Батон с маслом 25/6	31	1,95	5,7	13,37	104
2021/30/1	Чай с молоком	180	2,36	2,53	12,02	87
		411	10,7	16,3	52,15	41
Второй завтрак						
7.346	Яблоко	100	0,35	0,35	10,38	3
Итого за прием:		100	0,35	0,35	10,38	3
Обед						
7.098	Помидор порционный	30	0,38	0,07	1,77	8
7.18/2/2	Суп картофельный с макар.изделия	180	1,57	0,98	11,84	66
7.061/2	Бигус с мясом	180	12,76	11,6	13,07	217
7.15/10/1	Напиток из шиповника	180	0,43	0	12,54	64
7.002/1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,54	54
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02	46
Итого за прием:		620	18,64	13,19	61,78	456
Полдник						
7.43-2/3/3	Макаронные изделия отварные с сыром	100	4,65	4,05	21,75	153
2021/189/8	Батон	25	1,92	0,75	13,32	59
7.307/1	Пряник	45	2,16	1,26	34,96	158
7.11/10/1	Чай с лимоном	180	0,03	0	8,36	35
Итого за прием:		350	14,19	4,8	43,43	407
Итого за день:		1481	38,51	35,92	205,74	1320