

# МЕНЮ



Утверждено  
 Заместитель МБДОУ № 83  
 Калининградская область  
 А. Жемарева

Дата «19» сентября 2022 год

	Наименование блюда	с 3-х до 7 и лет	до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал) с 3-х до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал) до 3-х лет
<b>Завтрак</b>					
1	Каша молочная пшеничная жидкая	200	150	194,10	145,57
2	Хлеб пшеничный	40	30	90,40	67,80
3	Сливочное масло	5	5	22,50	22,50
4	Кофейный напиток с молоком	180	150	81,50	67,92
<b>Второй завтрак</b>					
	Сок фруктовый	150	100	69	46
<b>Обед</b>					
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	40	67,18	44,78
2	Свекольник со сметаной	180/7,2	150/6	73,01	60,80
3	Плов с мясом	200	160	343,39	274,71
4	Компот из смеси сухофруктов	180	150	100,66	83,08
5	Хлеб ржаной	40	30	69,60	52,50
<b>Полдник</b>					
1	Пирожок с повидлом	60	60	181,83	181,83
2	Молоко питьевое	200	150	108,11	90,09
	Энергетическая ценность (ккал)			1401,28	1138,38
	1 День по перспективному меню				