

Экспертная
заверенная МБДОУ №33
Сахалинской области
С.А. Ишхарева

МЕНЮ

Дата «27» сентября 2022 год



	Наименование блюда	с 3-х до 7-ми лет	до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал) с 3-х до 7	Энергетическая ценность (ккал) до 3-х
Завтрак					
1	Каша молочная «Дружба»	200	150	156,49	117,37
2	Хлеб пшеничный	40	30	90,40	67,80
3	Сыр	10	10	36,00	36,00
4	Какао с молоком сгущенным	180	150	109,90	91,59
Обед					
1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	40	72,05	48,03
2	Суп «Сахалинский»	180	150	104,3	86,88
3	Биточки рыбные	70	50	127,2	89,04
4	Соус томатный	30	20	18,02	12,0
5	Макаронны отварные	130	110	162,87	130,34
5	Компот из сухофруктов	180	150	100,66	45,51
6	Хлеб ржаной	40	30	69,60	52,20
Полдник					
1	Булочка «Домашняя»	60	60	229,70	229,70
2	Йогурт	200	150	156,6	70,80
	Энергетическая ценность (ккал)			1433,79	1077,26
	7 День по перспективному меню				