

МЕНЮ

Дата « 29 » сентября 2022 год

Ирина Владимировна  
 Заведующий МБДОУ  
 № 38 «Солнышко»  
 Мещенская  
 Шехарьва



	Наименование блюда	с 3-х до 7-ми лет	по 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал) с 3-х до 7	Энергетическая ценность (ккал) до 3-х
<b>Завтрак</b>					
1	Запеканка рисовая с творогом и молочным сладким соусом	180	150	218,57	182,14
2	Хлеб пшеничный	40	30	90,40	67,80
3	Кофейный напиток с молоком	180	150	81,50	67,92
<b>Второй завтрак</b>					
	Сок фруктовый				
<b>Обед</b>					
1	Салат из свеклы с изюмом	60	40	58,09	38,73
2	Мясо отварное	15	10	40,08	27,20
3	Борщ со свежей капустой и картофелем	180	150	51,95	44,28
4	Печень говяжья по строгановски	70	50	190,0	132,67
5	Соус сметанный	30	20	24,07	16,04
6	Картофельное пюре	130	110	118,85	109,70
7	Кисель из сухофруктов	180	150	111,92	93,27
8	Хлеб ржаной	40	30	69,60	52,50
<b>Полдник</b>					
1	Печенье	50	30	42,50	39,60
2	Молоко	200	150	108,11	90,09
	Энергетическая ценность (ккал)			1274,64	1007,94
	8 День по перспективному меню				