

## МЕНЮ 7

«Утверждаю» Заведующий МБДОУ Рогова И.А.	Калорийность за день	
	От 1г – 3х лет	От 3х – 7 лет
	1541.00	1846.00
Наименование блюда	Выход готового блюда вес (масса) в граммах	
Завтрак	От 1г – 3х лет	От 3х – 7 лет
1. Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	140/3	180/5
2. Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6
3. Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	30/5/5
2 –ой завтрак		
10.00. фрукты свежие	100	100
Обед		
1. Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	60
2. Суп картофельный с клецками на мясном бульоне с мясом	150/10	180/10
3. Гуляш из отварной говядины	30/30	40/40
4. Пюре картофельное	120	140
5. Компот и свежих яблок	150	180
6. Хлеб ржаной	35	45
7. Хлеб пшеничный		25
Полдник		
1. Кефир	150	180
2. Мармелад	10	10
Ужин		
1. Расстегай с рыбой	100	100
2. Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7