УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 46»
С.И. Парыгина
«___»_____20___г.

Парыгина Светлана Игоревна
заведующий, Удостоверяющий центр УФК, Серийный номер 73 21 b8 a7 eb aa 5b e6 30 b7 67 ec a6 11 2b 66 a3 7c 61 9b 2023-02-01 12:48:15

М Е Н Ю

Дата 02.02.2023 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	*1,5-3 года*		*3-7 лет*	
	масса блюда	*калорийность порции*	*масса блюда*	*калорийность порции*
Запеканка из творога	110	275,7	130	325,7
Соус смородиновый	20	61,50	25	76,87
Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	48,64	30	79,10
Кофейный напиток с молоком	150	87,50	180	107,5
Банан	80	94,00	80	94,00

2-й ЗАВТРАК

Наименование блюда	*1,5-3 года*		*3-7 лет*	
	масса блюда	*калорийность порции*	*масса блюда*	*калорийность порции*
Нектар тыквенный с мякотью	100	42,0	100	42,0

ОБЕД

Наименование блюда	*1,5-3 года*		*3-7 лет*	
	масса блюда	*калорийность порции*	*масса блюда*	*калорийность порции*
Салат из белокачанной капусты с морковью	40	35,20	60	48,75
Суп рыбный (с пшеном)	150	105,70	200	140,93
Бефстроганов из отварного мяса	100	105,40	110	123,60
Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	110	203	130	262,2
Напиток лимонный	150	85,90	180	103,60
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	48,64	30	79,10

ПОЛДНИК

Наименование блюда	*1,5-3 года*		*3-7 лет*	
	масса блюда	*калорийность порции*	*масса блюда*	*калорийность порции*
Печенье	45	195,10	45	195,10
Биокефир	180	117,8	200	130,8

УЖИН

Наименование блюда	*1,5-3 года*		*3-7 лет*	
	масса блюда	*калорийность порции*	*масса блюда*	*калорийность порции*
Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	30,60	60	45,97
Плов с птицей (цыпляты)	160	282,6	200	353,3
Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	48,64	20	48,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,60	25	59,63
Чай зеленый с молоком с сахаром	150	52,40	180	64,20
Зефир	20	65,00	20	65,00