

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ "ЦРР-Д/С №71  
"Сказка" г.Ставрополь  
\_\_\_\_\_Л.А.Голошубова

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ  
(осенне-зимнее)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	183,1
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	59,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	45,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	129,1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>417,0</b>
<b>II Завтрак</b>		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ / СОК	102	47,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>102</b>	<b>47,9</b>
<b>Обед</b>		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	100,1
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ (ДЕЛИПЛУС)	80	221,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	93,8
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	56,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>635,5</b>
<b>Полдник</b>		
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	155,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	112,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	87,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	40,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>395,0</b>
<b>Ужин</b>		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	21,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	20,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>42,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1 537,6</b>



