

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)

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	211,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	53,4
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/8	106,0
Итого за прием пищи:	388	370,9
II Завтрак		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ / СОК	102	47,9
Итого за прием пищи:	102	47,9
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	81,7
МЯСО ТУШЕНОЕ	70/30	194,5
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ И КАРТОФЕЛЯ	150	203,4
ОВОЩИ СВЕЖИЕ/КВАШЕННЫЕ	32	4,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	34,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	61,2
Итого за прием пищи:	722	682,1
Полдник		
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	250,3
ВАРЕНЬЕ	20	54,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	36,8
Итого за прием пищи:	309	341,7
Ужин		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	78,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	20,4
Итого за прием пищи:	160	99,0
Всего за день:		1 541,5

