

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)

10 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|--------------------------------------|--------------|----------------------------------|
| Завтрак                              |              |                                  |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ       | 180          | 238,2                            |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                   | 30/8         | 129,1                            |
| КАКАО С МОЛОКОМ                      | 180          | 89,6                             |
| Итого за прием пищи:                 | 398          | 457,0                            |
| II Завтрак                           |              |                                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ                         | 102          | 43,9                             |
| Итого за прием пищи:                 | 102          | 43,9                             |
| Обед                                 |              |                                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ) | 180          | 104,7                            |
| КОТЛЕТА                              | 70           | 198,3                            |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ                      | 130          | 93,5                             |
| КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 180          | 56,7                             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 25           | 51,0                             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 50           | 102,0                            |
| Итого за прием пищи:                 | 635          | 606,1                            |
| Полдник                              |              |                                  |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ                     | 85           | 150,3                            |
| ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ                     | 50           | 57,8                             |
| ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180/9        | 36,8                             |
| КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                    | 70           | 291,4                            |
| Итого за прием пищи:                 | 394          | 536,2                            |
| Ужин                                 |              |                                  |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                     | 150          | 78,6                             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 10           | 20,4                             |
| Итого за прием пищи:                 | 160          | 99,0                             |
| Стоимость одного дня:                |              | 158,0                            |
| Всего за день:                       |              | 1 742,1                          |

