УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Уральский детский сад
«Одуванчик»
_____ И.Н. Матусан

Меню дети от 1,5-3лет/ от 3-7 лет
на 21 декабря 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	Каша пшенная с маслом и сахаром	160/210	3,46/4,59	4,57/4,9	24.7/31,26	154/187
	Бутерброд с повидлом	30/45	1,3/2,45	2,14/0,04	15,75/21,06	87,81/89
	Какао с молоком	150/180	3,15/3,67	2,72/3,19	12,96/15,85	89/107
	Ряженка	150/180	4,35/5,22	3,75/4,5	6,3/7,56	76/92
обед	Свекольник	200/250	1,63/2,04	4/5	11,28/14,1	87,7/109,75
	Рис отварной	80/100	1,94/2,43	2,86/3,58	19,56/24,45	111,84/139,8
	Котлета мясная	60/80	7,06/9,41	6,47/8,62	1,76/2,35	93,5/124,5
	С-с сметанный с томатом	15/30	0,26/0,52	0,74/1,49	1,05/2,1	12,1/24,03
	Кукуруза+зел.горошек	20/40	0,58/1,17	1,13/2,27	2,42/2,85	18,29\36,58
	Хлеб ржаной	25/35	1,65/2,31	0,3/0,42	8,35/11,69	43,32/60,66
	Хлеб пшеничный	10/15	0,8/1,2	0,12/0,19	4,8/7,2	22,7/34,5
	Кисель	150/180	1,01/1,22	-/-	21,75/26,11	87,14/104,57
полдник	Запеканка из творога со сгущен-м молоком	50/100	8,77/17,54	6,03/12,05	8,58/17,15	124/247
	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40
	Фрукты	100	0,9	0,2	8,1	43
Итого за день:			38,62/56,45	35,95/46,92	165,73/213,17	1140,61/1501,14