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

Меню дети от 1,5-3лет/ от 3-7 лет
на 17 мая 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	Каша молочная с кукурузной крупой	150\180	2,33/4,19	0,34/0,61	0,33/0,59	94,6\170,28
	Бутерброд с повидлом	30/45	1,3/2,45	2,14/0,04	15,75/21,06	87,841/125
	Чай на молоке	150/180	2,65/2,67	2,33/2,34	11,31/14,31	77/89
	Кефир	150/180	4,35/5,22	3,75/4,5	6,0/7,2	75/90
обед	Щи из свежей капусты	200/250	6,87/8,59	6,72/8,4	9,2/14,33	133,80/167,2
	Каша рассыпчатая гречневая	85/105	4,62/5,77	6,86/7,68	21,25/26,41	163/195,5
	Гуляш из отварной курицы	100/140	12,85/18,05	10,34/14,26	3,30/4,58	157,5/218,75
	Хлеб ржаной	25/35	1,65/2,31	0,3/0,42	8,5/60,66	43,32/60,66
	Хлеб пшеничный	15/15	1,2	0,19	7,2	34,05
полдник	Компот из яблок с лимоном	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14	17,91/21,49	73,2/87,84
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,0
	Сырники из творога	110/180	18,53/29,6	12,39/19,73	21,64/38,72	272,8/452
	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40
	фрукты	100	1,5	0,5	21	41
Итого за день:			63,09/86,83	50,59/63,43	150,51/198,85	1344,111/1834,28