

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Уральский детский сад
«Одуванчик»

И.Н. Матусан



**Меню дети от 1,5-3лет/ от 3-7 лет
на 20 марта 2023г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	Каша гречневая	85/105	4,62/5,77	6,86/7,68	21,25/26,41	163/195,5
	Бутерброд с маслом	30/40	1,66/2,45	7,45/7,55	9,79/14,62	112,7/136
	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40
	Сок	150/180	0,75/0,9	-	15,15/18,18	63,33/76
обед	Суп с клецками	200/250	5,3/6,63	4,14/5,18	12,36/15,44	108/135
	Картофельное пюре	100/150	2,04/3,06	3,2/4,8	13,62/20,43	91,5/137,25
	Тефтеля мясная	60/80	2,84/3,8	4,17/5,68	3,9/5,21	64,5/87,5
	Икра кабачковая	40/60	0,4/0,6	2,8/4,2	2,8/4,2	38,8/58,2
	Хлеб пшеничный	15/15	1,2	0,19	7,2	34,05
	Хлеб ржаной	25/35	1,65/2,31	0,3/0,42	8,35/11,69	43,32/60,66
	Компот из сухофруктов	150/180	0,33/0,39	0,015/0,01	20,82/24,99	84,75/101,7
полдник	Свекла отварная с маслом	100/150	1,98/3,13	3,71/5,56	9,49/14,38	79/120
	Чай с сахаром	150/180	0,04/0,06	0,01/0,02	6,99/9,99	28/40
	Булочка домашняя	70	2,52	2,1	19,4	106,4
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,6	45,40
Итого за день:			28/36	36/46	168,75/212,87	1103,02/1370,65