**МЕНЮ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ДАТА****28.11.2022****3-7 лет** | Утверждаю:Заведующий МБДОУ «Детский сад «Журавлик»\_\_\_\_\_\_\_\_И.Г. Черных |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетичценность (ккал.)** |
| **Завтрак** | Суп молочный манный | 180 | 118,62 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |
| Сливочное масло  | 5 | 33 |
| Сыр  | 6 | 21,6 |
| Чай с лимоном | 180/7 | 41,0 |
| Итого за завтрак | 408 | 292,82 |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 45,0 |
| Печенье  | 35 | 128,62 |
|  Итого за 2 завтрак  | 135 | 173,62 |
| **Обед** | Соленые помидоры | 60 | 10,8 |
| Борщ с картофелем | 180 |  79,02 |
| Каша вязкая из крупы гречневой | 165 | 146 |
| Котлеты мясные рубленные | 80 | 185,34 |
| Компот из смеси ягод св/м | 180 | 81,72 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 78,6 |
| Хлеб ржаной | 38 | 69,93 |
| Итого за обед | 733 | 651,41 |
| **Полдник** | Крендель сахарный | 70 | 259 |
| Молоко кипяченное | 180 | 100,8 |
| Итого за полдник  | 250 | 359,8 |
|  | Итого за день | 1526 | 1478 |
|  |