

**МЕНЮ** на **19.01.2023г.**



УТВЕРЖДАЮ  
Зав. МКДОУ «Детский сад № 57»  
Л.С.Шхагапсоева



### **ЗАВТРАК**

<b>Наименование</b>	<b>Грамм 1,6-3 / 3-7 лет</b>	<b>Калорий 1,6-3 / 3-7 лет</b>
1. Каша мол. ячневая	150/200 гр	136/169 кл
2. Хлеб с маслом	30/8 /40/8 гр	135/145кл
3. Чай	150/200 мл	28/40 кл
<i>II – завтрак печенье</i>	15 гр	68,3 кл



### **ОБЕД**

1. Суп гречневый	200/250 гр	120/150 кл
2. Биточки рыбные	60/70 гр	74/97 кл
3. Рис	70/90 гр	194/204 кл
4. Подлива смет.-том.	30 гр	68,70 кл
5. Хлеб	30/45 гр	78,31/89,31 кл
6. Компот из яблок	150/200 мл	73,20/97,60 кл



### **ПОЛДНИК**

1. Запеканка творож.	90/100 гр	296/372 кл
2. Чай	150/200 мл	28/40 кл
3. Хлеб	30/45 гр	68,70/103 кл

**Итого калорий: от 1,6-3 лет 1.368,21 кл**  
**от 3-7 лет 1.643,91 кл**



