

МЕНЮ на **31.03.2023г.**



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



ЗАВТРАК

| Наименование | Грамм 1,6-3 / 3-7 лет | Калорий 1,6-3 / 3-7 лет |
|---------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. Яйцо | 40 гр | 63 кл |
| 2. Хлеб с маслом | 30/8 /40/8 гр | 135/145кл |
| 3. Чай | 150/200 мл | 28/40 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 1.228 кл
от 3-7 лет 1.373 кл

