

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 31.08.2022

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ

| Наименование блюда             | Дошкольный возраст<br>с 3 до 8 лет |                                    |
|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
|                                | масса<br>порции<br>(гр)            | калорий-<br>ность порции<br>(Ккал) |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 |                                    |                                    |
| Кисель витаминизиров.          | 50                                 | 18,5                               |
| Каша пшеничная с фруктами      | 180                                | 210,0                              |
| Яйцо отварное                  | 40                                 | 62,0                               |
| Чай сладкий                    | 180                                | 54,0                               |
| Хлеб пшеничный                 | 20                                 | 47,0                               |
| Вафли                          | 35                                 | 113,4                              |
| <b>II ЗАВТРАК</b>              |                                    |                                    |
| Яблоко                         | 135                                | 62,51                              |
| <b>ОБЕД</b>                    |                                    |                                    |
| Икра морковная                 | 70                                 | 112,8                              |
| Суп с бобовыми                 | 200                                | 86,4                               |
| Картофельная запеканка с мясом | 170                                | 323,0                              |
| Компот из яблок                | 180                                | 99,0                               |
| Хлеб пшеничный                 | 20                                 | 47,0                               |
| Хлеб ржаной                    | 40                                 | 62,3                               |
| <b>ПОЛДНИК</b>                 |                                    |                                    |
| Булочка                        | 80                                 | 203,6                              |
| Чай сладкий                    | 180                                | 54,0                               |

Ст.медсестра \_\_\_\_\_