

Меню

Заведующий МБДОУ «Детский сад №2 «Рябинка»

Утверждаю
И.В.Попова



7

ЗАВТРАК:

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность, ккал	
	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет
Омлет / салат зеленый	140/40	130/30	252	191,3
Бутерброд с маслом	40	30	109	81,7
чай с молоком	180	150	89	77

ОБЕД:

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность, ккал	
	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет
Суп рыбный	180	150	133,8	111,4
Салат из картофеля с зеленым горошком	50	30	47,1	28,2
Гречневый гарнир	130	110	127,6	107
Печень в сметанном соусе	70	50	10,33	52,8
Компот консервированный	180	150	87,27	62,7
Хлеб	40	40	126,9	126,9

ПОЛДНИК:

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность, ккал	
	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет
Сок	180	150	82	64
Кекс столичный	70	50	188	146

УЖИН:

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность, ккал	
	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет	С 3 до 7 лет	С 1 до 3 лет
Макароны с сыром	180/20	180/20	191	191
Напиток из свежемороженой ягод	200	170	129	51
Бутерброд с маслом	50	30	127	109