

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МДОУ «Муниципальный детский сад «Красная шапочка»
Н.Н. Попова



МЕНЮ
примерное на 20 дней
МДОУ «Муниципальный детский сад «Красная шапочка»
3 день, 30 октября 2024 года

Время суток	Наименование блюд	Вес	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	8,61	10,06	29,82	248,2
	Чай с сахаром	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Хлеб пшеничный, масло сливочное	50+5	2,16	7,58	15,99	160,6
Обед	Суп рыбный	200	1,54	5,07	8,04	183,33
	Ленивые голубцы, сметана	200	25,2	19,8	39,9	489
	Кисель	200	0,56	-	27,89	113,8
	Хлеб ржаной	50				
Полдник	Оладьи с маслом и сахаром	175	18,25	19,43	1,2	199
	Кофейный напиток с молоком	200	5,6	6,4	29,38	153,9
Всего за день			69,15	58,13	280,57	1709,85