

МБДОУ «Детский сад №8 «Ручеек» г.Кукмор»
 3.3. Гайнетдинова

Утверждаю

Меню на 20.03.2023 для детей 3 до 7 лет		
Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	Кало- рийность
Завтрак		
Каша рисовая молочная	180	170,0
Бутерброд с маслом	30/5	108,4
Кофейный напиток	180	97,4
Завтрак 2		
Сок	100	43,0
Обед		
Капуста тушенная	60	54,8
Суп гороховый на м/к бульоне	180	145,8
Жаркое по-домашнему	200	334,4
Компот из с/ф	180	34,8
Хлеб пш.	25	59,2
Хлеб рж.	40	81,6
Полдник		
Макароны запеченные с сыром	150/5/11,52	232,3
Чай с сахаром	180	20,4

МБДОУ «Детский сад №8 «Ручеек» г.Кукмор»
3.3. Гайнетдинова

Утверждаю



Меню на 20.03.2023 для детей 0 до 3 лет		
Наименование блюд	Вес (масса) в граммах	Калорийность
Завтрак		
Каша рисовая молочная	140	132,0
Бутерброд с маслом	25/4	90,6
Кофейный напиток	160	86,5
Завтрак 2		
Сок	100	43,0
Обед		
Капуста тушеная	40	36,5
Суп гороховый на м/к бульоне	160	128,5
Жаркое по-домашнему	160	267,0
Компот из с/ф	150	29,0
Хлеб пш.	20	47,4
Хлеб рж.	30	61,2
Полдник		
Макароны запеченные с сыром	130/4,3/6,72	189,1
Чай с сахаром	160	17,8