



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МАДОУ № 49  
 М.В.Игнатъева

# М Е Н Ю

## 21 августа 2023 года

	до 3-х лет		с 3 до 7 лет		
	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	
<b>Завтрак</b> Омлет натуральный овощи свежие	95	111	120	124	
	40	5	60	7	
	Хлеб	10	23	10	23
	Чай с сахаром	150	21	180	30
Бутерброд с маслом, сыр	35	124	35	124	
<b>10.00</b> Сок	130		150		
<b>Обед</b> Суп картофельный с бобовыми	150	141	180	176	
	Котлеты из курицы припущенные	50	144	60	165
	макаронные изделия отварные	110	195	130	223
	икра кабачковая	30	20	40	25
Компот из сухофруктов	150	75	180	105	
Хлеб	40	65	50	90	
<b>Полдник</b> Кефир	130	80	150	96	
	Булочка дорожная	60	175	60	175
<b>Ужин</b> Рагу из овощей	150	244	180	275	
	Хлеб	10	23	10	23
	Свежие фрукты				
Кофейный напиток с молоком	150	65	180	78	