



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ № 49  
М.В.Игнатъева



## М Е Н Ю

9 ноября 2023 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>	Рыба тушеная в томате с овощами	50	75	70	80
	каша пшеничная	130	148	150	166
	овощи отварные	40	5	60	7
	Хлеб	10	23	10	23
	Чай с сахаром	150	61	180	74
	Бутерброд с маслом	35	124	35	124
<b>10.00</b>	Свежие фрукты				
<b>Обед</b>	Борщ летний	150	78	180	96
	Плов из говядины	150	234	170	255
	икра свекольная	30	20	40	25
	Компот из сухофруктов	150	75	180	105
	Хлеб	40	65	50	90
<b>Полдник</b>	Кефир	130	80	150	96
	Пирожок печеные с яблоком	60	177	60	177
<b>Ужин</b>	Суп молочный с крупой манной	150	173	200	208
	Хлеб	10	23	10	23
	Кофейный напиток с молоком	150	68	180	89