



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ № 49  
М.В.Игнатъева



## М Е Н Ю

21 октября 2024 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	95	111	120	124
икра кабачковая	30	21	40	32
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	100		120	
<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
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
Яблоко				
Кофейный напиток с молоком	150	65	180	78