



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатъева



М Е Н Ю

12 ноября 2024 года

| | | до 3-х лет | | с 3 до 7 лет | |
|----------------|-----------------------------------|--------------|-----------------------------------|--------------|-----------------------------------|
| | | Выход порции | Энергетическая ценность (ккал) | Выход порции | Энергетическая ценность (ккал) |
| Завтрак | Запеканка из творога | 120 | 187 | 150 | 204 |
| | соус молочный сладкий | 30 | 22 | 50 | 43 |
| | | | | | |
| | Хлеб | 10 | 23 | 10 | 23 |
| | Чай с сахаром | 150 | 42 | 180 | 50 |
| | Бутерброд с маслом | 25 | 108 | 25 | 108 |
| 10.00 | Яблоко | | | | |
| Обед | Щи из свежей капусты и картофелем | 150 | 133 | 180 | 160 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски | 60 | 45 | 80 | 60 |
| | картофель отварной | 110 | 180 | 130 | 195 |
| | овощи оварные | 30 | 20 | 40 | 25 |
| | | | | | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 75 | 180 | 105 |
| | Хлеб | 40 | 65 | 50 | 90 |
| Полдник | Кефир | 130 | 80 | 150 | 96 |
| | Булочка домашняя | 60 | 145 | 60 | 145 |
| | | | | | |
| Ужин | Каша молочная с геркулесом | 150 | 173 | 145 | 208 |
| | Яйцо отварное | 1 шт | 74 | 1 шт | 74 |
| | Хлеб | 10 | 23 | 10 | 23 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 68 | 180 | 89 |