Утверждаю
Заведующая МБДОУ
«Детский сад №31»
Нежинская Л.А.

1,5-3 лет **меню на 01.06.2023**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая на молоке (пшенная)	150	4,1	4,7	24,2	156,00
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,50	0,07	49,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,5
	Груши	100	0,3	0,0	10,3	47,50
Завтрак2	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00
Обед	Салат из консервированных огурцов с луком с растительным маслом	40	0,3	3,6	0,9	35,20
	Суп картофельный с фасолью, с мясом (150/10)	160	5,1	4,6	10,2	92,80
	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	160	8,1	2,1	13,9	105,70
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Компот из плодов (вишня)	150	0,1	0,0	10,0	41,50
Полдник	Булочка "Дорожная"	60	3,9	8,1	30,8	213,40
	Ряженка	180	4,3	3,7	6,7	98,00
Ужин	Винегрет овощной	40	0,5	3,0	3,3	52,30
	Жаркое по-домашнему (говядина)	170	11,7	9,3	14,9	300,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60
	Напиток лимонный	150	0,1	0	20,7	85,90
			Пищевые вещества (г)			**Энерге-тическая ценность (ккал)**
			Б	**Ж**	**У**	
			48,8	**51,4**	**222,4**	**1677,1**

Утверждаю
Заведующая МБДОУ
«Детский сад №31»
Нежинская Л.А.

3-7 лет **меню на** **01.06.2023**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая на молоке (пшенная)	200	5,5	6,3	32,3	208,80
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	0,1	7,8	0,1	70,90
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,8	17,0	107,50
	Груши	100	0,3	0,0	10,3	47,50
Завтрак2	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00
Обед	Салат из консервированных огурцов с луком с растительным маслом	60	0,5	5,4	1,4	52,80
	Суп картофельный с фасолью, с мясом (185/15)	200	6,1	5,8	13,0	118,00
	Филе птицы, тушенное в соусе с овощами и картофелем	200	9,2	2,4	15,8	119,79
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Компот из плодов (вишня)	180	0,12	0,00	12,40	50,20
Полдник	Булочка "Дорожная"	70	4,5	9,4	36,0	249,0
	Ряженка	200	5,6	4,6	8,2	119,20
Ужин	Винегрет овощной	60	0,8	4,5	5,0	78,55
	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	12,4	9,9	16,2	320,2
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Напиток лимонный	180	0,12	0,00	24,8	103,60
			Пищевые вещества (г)			**Энерге-тическая ценность (ккал)**
			Б	**Ж**	**У**	
			58,6	**62,4**	**272,9**	**2028,1**