

"УТВЕРЖДАЮ"

И.п.Кулинская Л.А.

"\_01\_" сентября\_2022

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ

«Школа дизайна «Точка»

Н.В.Бурдина

"\_01\_" сентября\_2022г.

МЕНЮ НА 3-й ДЕНЬ (с 1 до 3 лет )  
осенне-зимний период (21 декабря 2022г)

|                 | Наименование блюда              | Выход<br>блюда (г) | ккал    |
|-----------------|---------------------------------|--------------------|---------|
| завтрак         | каша пшеничная молочная         | 150                | 155,5   |
|                 | кофейный напиток с<br>молоком   | 180                | 81,5    |
|                 | батон с повидлом (15/10)        | 25                 | 106,4   |
| 2-ой<br>завтрак | сок                             | 100                | 56,25   |
| обед            | салат из капусты с яблоками     | 30                 | 34      |
|                 | рассольник домашний             | 150                | 70      |
|                 | рыба, запеченная в омлете       | 50                 | 92,1    |
|                 | картофельное пюре               | 110                | 100,56  |
|                 | напиток из шиповника            | 150                | 71      |
|                 | хлеб пшеничный                  | 15                 | 45,37   |
|                 | хлеб ржаной                     | 15                 | 39      |
| полдник         | булочка домашняя                | 50                 | 191,4   |
|                 | молоко кипяченое                | 150                | 90      |
| ужин            | запеканка рисовая с<br>творогом | 130                | 157,85  |
|                 | соус сладкий                    | 50                 | 46,51   |
|                 | чай с сахаром                   | 150                | 47      |
|                 | печенье                         | 20                 | 105     |
|                 | хлеб пшеничный                  | 15                 | 45,37   |
|                 | хлеб ржаной                     | 15                 | 39      |
| Итого за день   |                                 | 1555               | 1573,81 |