

"УТВЕРЖДАЮ"

И.П. Кулинская Л.А.

"\_01\_" сентября 2022г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ

«Школа дизайна «Точка»

Н.В.Бурдина

"\_01\_" сентября 2022г.



МЕНЮ НА 7-й ДЕНЬ (с 1 до 3 лет)  
осенне-зимний период (29 ноября 2022г)

|                | Наименование блюда                | Выход     |         |
|----------------|-----------------------------------|-----------|---------|
|                |                                   | блюда (г) | ккал    |
| завтрак        | омлет натуральный                 | 100       | 158     |
|                | овощи соленые натуральные         | 30        | 1,9     |
|                | какао с молоком                   | 180       | 106,46  |
|                | батон с сыром (15/10)             | 25        | 119,9   |
| 2-ой завтрак   | сок                               | 100       | 56,25   |
| обед           | салат витаминный                  | 30        | 35      |
|                | рассольник ленинградский          | 150       | 83      |
|                | рагу из курицы                    | 150       | 186     |
|                | кисель из сухофруктов             | 150       | 103,6   |
|                | хлеб пшеничный                    | 15        | 45,37   |
|                | хлеб ржаной                       | 15        | 39      |
| полдник        | фрукты свежие                     | 100       | 105     |
|                | печенье                           | 20        | 55      |
|                | кефир, ацидолифин, простокваша    | 150       | 70,00   |
| ужин           | печень тушенная в соусе (50 и 50) | 100       | 78,02   |
|                | рис отварной                      | 110       | 140     |
|                | чай с лимоном                     | 180       | 56,00   |
|                | хлеб пшеничный                    | 15        | 45,37   |
|                | хлеб ржаной                       | 15        | 39      |
| Итого за день: |                                   | 1635      | 1522,87 |