

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ «Мийнальская СОШ»



МЕНЮ ДОШКОЛЬНЫХ ГРУПП

на « 15 » марта 2021 г.

(Примерное меню день № 1)

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда для 1,5-3 лет / Вес блюда для 3-7 лет (граммы)	Калорийность блюда для 1,5-3 лет / Калорийность блюда для 3-7 лет (ккал)
ЗАВТРАК	Каша пшениная	150 / 200	99,8 / 145,2
	Корейской напиток	150 / 200	68,2 / 81,8
	Бутерброд с маслом	30 / 10 / 40 / 10	99,8 / 99,8
2 ЗАВТРАК	Банан	60 / 80	57,6 / 76,8
Итого за завтрак:			
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	150 / 200	101,2 / 99,1
	Рагу овощное с мясом	150 / 200	211,3 / 234,0
	Салат «Весенний»	40 / 60	36,5 / 54,6
	Компот из сухофруктов	150 / 180	93,0 / 111,6
	Хлеб ржаной	30 / 40	40,8 / 61,2
Итого за обед:			
ПОЛДНИК	Булочка «Малюк»	40 / 50	109,0 / 104,0
	Сок фруктовый	150 / 180	64,5 / 71,4
	Йогурт в ассортименте	125	70,6
Итого за полдник			

Замены:

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда

Повар: Дом