



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 40 «Маячок»

И.О. Петренко/



МЕНЮ-ТРЕНОВАНИЕ

1 ноября 2021

день

Приём пищи	Ужин		Салат	
	Выход в граммах	Энергетическая ценность Ккал	Выход в граммах	Энергетическая ценность Ккал
Завтрак				
Каша «Дружба»	150	178	200	198
Бургер/брод с м/с	20/5	125	30/58	174
Кефирный напиток	150	77	200	83
Второй завтрак				
Йогурт	150	83	150	83
Обед				
Салат из моркови	30	20	50	30
Суп гороховый с грибами	150	224	200	275
Картофельное пюре	100	132	130	168
Котлета мясн.	70	119	80	148
Компот	150	35,9	200	43
Хлеб	45	196	50	217
Полдник				
Воздушный шарик	70	160,9	80	196,8
Чай	150	70,5	150	70,5
Яблоко	150	298	200	30,1
Итого за день		1451,1		1716,4

Старшая медсестра

Голь Е.Б.