



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
детский сад № 7 "Сказка" г. Томари  
И.Ю. Важенцева

Ежедневное меню основного питания  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад № 7 «Сказка»  
на 31 января 2022 года

Наименование блюда	дети от 1,6 до 3-х лет		дети от 3-х до 7-ми лет	
	Порция, грамм	к/кал	Порция, грамм	к/кал
<b>Завтрак</b>				
Каша молочная «Дружба»	130-150	147,1	130-150	176,52
Бутерброд с сыром	30.окт	139,2	40/15	162,25
Чай с лимоном	150-180	29	180	38
<b>2-й завтрак</b>				
Яблоко	95	116,47	100	116,47
<b>Обед</b>				
Суп с морской капусты	150-180	69,75	250	92,7
Рожки	110-120	112,6	130-150	130,75
Бефстроганов	50-70	108,5	70-80	144,57
Кукуруза	30-40	112,8	60	142,8
Компот из сухофруктов	150-180	95	180-200	114
Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	50-70/20-30	33,19/64,38	110/60	66,38/64,38
<b>Полдник</b>				
Сдоба	70	171	70	171
Молоко	150-180	77,79	180-200	93,35