

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33



[Handwritten signature]

МЕНЮ

ясли

На « 14 » нояб 2014 г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша «Дружба» вязкая с маслом сливочным (пшено, рис)	150	3,4	3,8	23,3	140,3
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	5	0,02	3,6	0,04	33,0
	<i>Итого:</i>	345	9,3	10,6	56,24	357,6
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с раст. маслом	30	0,4	1,9	2,5	28,2
	Суп картоф. с мясными фрикадельками	150	3,2	2,9	9,9	77,9
	Котлеты рыбные	50	6,4	2,1	4,4	61,6
	Картофельное пюре	120	2,5	3,8	14,6	98,0
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	530	14,99	11,03	64,8	415,5
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Ватрушка (пирожок) с джемом	60	3,8	2,6	37,8	190
	<i>Итого:</i>	210	8,0	7,4	43,8	274,2
Ужин	Оладьи с повидлом	150/30	11,9	11,1	72,9	437,6
	Чай с молоком	150	2,2	1,95	11,9	74,2
	<i>Итого:</i>	330	14,1	13,05	84,8	511,8
<i>Итого за Хдень:</i>		1515	46,89	42,08	259,74	1601,5