

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 33



[Handwritten signature]

МЕНЮ

сад

На « 31 » 20 г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша пшеничная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	200	4,5	4,1	31,0	182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96
	Масло сливочное	7	0,03	5,0	0,05	46,2
	<i>Итого</i>	427	10,11	11,91	65,45	415,2
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	Икра свекольная	50	1,2	2,3	6,02	50,05
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	2,1	5,4	13,8	114
	Тефтели из рыбы паровые	70	10,8	0,9	6,2	66,5
	Картофельное пюре	130	2,7	4,2	17,68	118,95
	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84
	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>	660	19,13	13,27	77,8	501,94
Полдник	Кисломолочный продукт	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Булочка домашняя	70	5,1	8,8	37,7	250,1
	<i>Итого:</i>	260	10,1	14,5	44,9	350,1
Ужин:	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,7	3,64	4,5	43,9
	Котлета куриная	70	13,1	2,9	11,0	123,4
	Гречка отварная со слив. маслом	130	7,5	5,3	33,5	211,25
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	48
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	460	24,02	11,65	70,7	483,55
<i>Итого за XV день:</i>		1907	63,9	51,33	268,95	1793,2