Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ № 33_____

МБДОУ детский сад № 33

МЕНЮ

ясли

На «___»_____20___г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	150	2,4	2,9	19,5	114,8
	Какао с молоком	150	3,2	2,8	12,9	88,3
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,82	6,93	20,01	163
	Итого:	355	**11,42**	**12,63**	**52,41**	**366,1**
2 завтрак	Яблоко печеное с сахаром	100	**0,3**	**0,3**	**31,0**	**130,0**
		100	**0,3**	**0,3**	**31,0**	**130,0**
Обед:	Салат витаминный	30	0,4	1,8	2,7	26,2
	Борщ со сметаной на м/б-не	150	1,2	4,1	7,35	78,0
	Запеканка картофельная с куриным мясом	120	9,1	7,1	19,3	177,8
	Соус сметанный	30	0,4	1,5	1,8	22,2
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,0	20,8	85,8
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,8	34,1
	Итого:	500	**12,72**	**14,74**	**58,75**	**424,1**
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	6,0	84,2
	Булочка ванильная	50	3,95	4,06	27,24	161
	Итого:	200	**8,15**	**8,86**	**33,24**	**245,2**
Ужин:	Салат из моркови с маслом растительным	30	0,4	1,8	1,9	25,9
	Запеканка рисовая с творогом	120	7,28	5,9	39,9	242,4
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	
	Чай с сахаром	150	0	0	10	40,0
	Итого:	330	**8,28**	**9,1**	**55,77**	**338,75**
Итого за IV день:		*1485*	*30,87*	*45,63*	*231,17*	*1504,15*