

Утверждаю



Заведующий

МКДОУ Детский сад №5 "Солнышко"

А.С. Олейникова/

МЕНЮ

7 ДЕНЬ

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,27	3,48	35,85	204,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,12	0,02	10,20	2,83
Итого		9,67	3,74	60,81	277,77
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ	100	2,90	2,50	4,00	50,00
Итого		2,90	2,50	4,00	50,00
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,49	10,19	17,16	182,62
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	10,57	7,68	15,16	171,96
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150	3,27	1,87	19,17	111,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,98	0,36	12,90	60,60
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,25	0,05	33,79	136,37
Итого		23,84	20,39	112,94	733,69
Полдник					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,60	2,32	28,32	156,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,16	3,61	17,93	121,24
Итого		12,04	6,17	61,01	348,73
Всего		48,45	32,80	238,76	1375,24