

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ Детский сад №5 "Солнышко"

И.А.С. Олейникова/



МЕНЮ 6 ДЕНЬ

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	75/5	5,52	4,98	1,20	145,09
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА, ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	60	0,92	4,32	3,73	69,26
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	0,00	0,00	0,00	176,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,04	0,01	6,99	28,00
Итого		8,38	9,51	24,22	477,10
II Завтрак					
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,49	45,51
Итого		0,39	0,39	9,49	45,51
Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (со сметаной)	150	1,84	11,28	10,30	69,32
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	1,56	9,93	6,44	80,00
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	8,79	2,26	40,11	213,81
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	1,90	3,67	4,57	25,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	25	1,90	0,20	12,30	58,75
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	25	1,65	0,30	10,75	50,50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	17,03	71,73
Итого		17,75	27,75	101,50	569,75
Полдник					
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	14,32	19,25	24,44	143,28
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,38	2,91	20,48	102,94
Итого		18,70	22,16	44,92	246,22
Всего		45,22	59,81	180,13	1340,07