

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ Детский сад №5 "Солнышко"
А.С. Олейникова/

МЕНЮ 7 ДЕНЬ

Ясли 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,60	2,73	28,08	121,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	150/8/4	0,24	0,01	7,36	29,16
Итого		8,12	2,98	50,20	220,73
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)	100	2,90	2,50	4,00	50,00
Итого		2,90	2,50	4,00	50,00
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	2,99	9,99	10,28	87,79
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60	8,88	25,59	15,33	150,80
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,99	1,84	17,71	174,20
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
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	150	0,25	0,05	29,91	111,21
Итого		18,66	37,97	96,28	633,25
Полдник					
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	5,60	2,32	26,38	126,27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	25	1,90	0,20	12,30	58,75
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,28	2,83	13,48	89,00
Итого		10,78	5,35	52,16	274,02
Всего		40,46	48,80	202,64	1178,00