

Утверждаю

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



МЕНЮ 9 ДЕНЬ

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ с сахаром	130	3,61	2,13	24,85	133,59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	40	2,32	0,24	20,16	96,30
ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0,19	0,00	7,19	29,50
Итого		6,08	2,37	46,80	322,78
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)	100	2,90	2,50	4,00	50,00
Итого		2,90	2,50	4,00	50,00
Обед					
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ со сметаной	150	3,35	9,99	12,82	73,01
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	6,42	10,20	6,44	79,23
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	0,91	18,60	137,80
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 ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,09	0,00	26,20	85,54
Итого		16,11	21,60	87,11	484,83
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	65	7,87	15,98	21,21	92,80
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	1,08	1,28	8,33	49,20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,34	2,00	10,64	70,01
Итого		11,29	19,26	40,18	212,01
Всего		36,38	45,73	178,09	1070,00