

МЕНЮ 2

«Утверждаю» Заведующий МБДОУ Рогова И.А.	Калорийность за день	
	От 1г – 3х лет	От 3х – 7 лет
	1549.00	1877.00
Наименование блюда	Выход готового блюда вес (масса) в граммах	
Завтрак	От 1г – 3х лет	От 3х – 7 лет
1. Каша полбяная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3
2. Какао с молоком	180/6	180/6
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/5/5	30/5/5
2 завтрак		
10.00. Сок яблочный	125	180
Обед		
1. Салат из картофеля с солеными огурцами	40	60
2. Борщ со св. капустой, картофелем на курином бульоне с куриными фрикадельками, со сметанной	150/10/7	180/10/7
3. Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	40/20	50/25
4. Макароны изделия отварные с маслом сливочным	110/3	130/3
5. Компот из свежих яблок	150	180
6. Хлеб ржаной	35	45
7. Хлеб Пшеничный	20	25
Полдник		
1. Ряженка	150	180
2. Булочка дорожная	35	50
Ужин		
1. Запеканка творожная с повидлом	100/30	120/30
2. Чай с сахаром с лимоном	150/5/5	180/6/7