

Согласовано
Заведующий
МБДОУ № 21 "Гвоздика"
Т. М. Мельникова

МЕНЮ №10 (сад)

ЗАВТРАК	ВЫХОД БЛЮДА	Б	Ж	У	К/КАЛ
1. Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом.	180/3	7,43	7,45	33,78	233,10
2. Кофейный напиток с молоком.	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным.	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10
2 ой ЗАВТРАК					
1. Сок.	180	0,90	-	18,18	76,00
ОБЕД					
1 салат из зеленого горошка к\с	50	0,35	0,05	0,95	6,00
2. Суп картофельный, с рисовой крупой, с мясными фрикадельками со сметаной.	180/10/5	2,57	3,02	9,63	79,60
3. Котлеты рыбные с маслом сливочным.	70/3	8,56	7,60	10,31	144,36
4. Макароны отварные с овощами.	130	4,48	5,19	24,72	163,28
5. Кисель.	180	0,54	0,09	16,18	75,24
6. Хлеб пшеничный/ ржаной	25/45	1,90/2,97	0,20/0,54	12,30/17,82	58,75/89,10
ПОЛДНИК					
1. Кисломолочный напиток.	180	5,22	4,50	7,56	91,80
2. Булочка "Российская"	30	2,11	2,40	14,61	88,50
УЖИН					
1. Каша вязкая гречневая с мясом и овощами.	200	11,17	12,30	27,90	268,50
2. Напиток из шиповника.	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38
3. Хлеб пшеничный.	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ВСЕГО	1918	58,87	53,40	248,86	1712,88