

Утверждаю

Заведующий МБДОУ Д/с №31 «Солнышко»

Шайдуллина Э.М.

Меню (4 день)

	Наименование блюда	Выход блюда (гр)/Энергетическая Ценность (ккал)			
		1-3 года		3-7 лет	
<b>Завтрак</b> <b>Иртэнге</b> <b>аш</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	173,36	180/3	223,41
	Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом	25/5/ 10	106,70	30/5/ 10	119,8
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
<b>2 завтрак</b>	Сок	125	52,77	180	76
<b>Обед</b> <b>Тошке</b> <b>аш</b>	Помидоры свежие	40	8,8	50	13,2
	Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне, с мясом птицы	150/ 10	77,65	180/ 10	76,57
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	198	200	264
	Компот из изюма и яблок	150	51,09	180	108
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
<b>полдник</b> <b>Йодыкан</b> <b>сон</b>	Кисломолочный напиток	150	76	180	91,8
	Кондитерское изделие	20	90,20	20	90,20
<b>Ужин</b> <b>Кичке</b> <b>аш</b>	Омлет натуральный с сыром	130	253,70	150	347,50
	Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10
	Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,50
			<b>1279,48</b>		<b>1695,61</b>