

Утверждаю

Заведующий МБДОУ Д/с №31 «Солнышко»

Шайдуллина Э.М.

Меню (8 день)

	Наименование блюда	Выход блюда (гр)/Энергетическая Ценность (ккал)			
		1-3 года		3-7 лет	
<b>Завтрак Иртэнге аш</b>	Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	149,26	180/5	199,50
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5/5	98,5	30/5/5	111,6
	Какао с молоком	180/6	58,83	180/6	58,83
<b>2 завтрак</b>	Сок	125	52,77	180	76
<b>Обед Тошке аш</b>	Помидоры свежие	40	8,8	60	13,2
	Щи со свежей капустой с картофелем на курином бульоне с куриными фрикадельками, со сметаной	150/ 11/5	84,46	180/ 11/7	104,59
	Биточки «Домашние»	50	161	70	225,40
	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	110/2	162,47	130/2	192,01
	Компот из урюка	150	44,85	180	68,20
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
<b>полдник йодыкан сон</b>	Молоко кипяченое	150	85	180	96,30
	Кондитерское изделие	20	90,2	20	90,20
<b>Ужин Кичке аш</b>	Омлет натуральный	130	256,67	150	335,23
	Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10
	Хлеб пшеничный	25	58,75	30	70,50
			<b>1400,94</b>		<b>1826,61</b>