



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (6 день)

19 января

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	149,26	180/3	186,30
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,5	30/5	111,6
	Чай с сахаром и молоком	180/6	75,76	180/6	75,76
2 завтрак	Сок	200	84,8	200	84,8
2 Иртэнге аш	Салат из кукурузы к/с	30	29,79	50	49,65
	Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	150/10	90,56	180/10	114,56
	Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	110/20	179,14	120/30	201,98
	Напиток из сухофруктов	150	60	180	71,52
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,1
	Кисломолочный напиток	150	76	180	92
Полдник Йокыдан сон	Кондитерское изделие	20	66,2	20	66,2
Ужин	Омлет натуральный	130	251,03	150	289,66
Кичке аш	Хлеб пшеничный	20	47	25	58,81
	Чай с сахаром с яблоками	150/5\10	24,7	180/6/10	28,7