

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

МЕНЮ (9 день)

22 января

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша пшенинная молочная с маслом сливочным	140/3	117,34	180/3	184,24
	Чай с молоком,с сахаром	180/6	75,76	180/6	75,76
	Бутерброд с маслом сливочным,с сыром	25 5 5	115,67	30 5 5	128,75
2 завтрак 2 Иртэнге	Фрукты свежие	100	43	100	43
Обед	Салат из моркови с сахаром	40	20,92	60	31,38
	Суп лапша домашняя на курином бульоне,с мясом птицы	150/10	95,65	180/10	109,54
	Рыба,тушеная с овощами	40/20	196,18	50/25	105
	Пюре картофельное	120	109,8	140	128,1
	Напиток из сухофруктов	150	60	180	71,52
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19
Полдник	Кисломолочный напиток	150	76	180	92
Ужин Кичке аш	Вак балиш с рисом и мясом	90	234,63	90	234,63
	Чай сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48