УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"
Строкина Н.И.

МЕНЮ (3 день)

# 25 марта

| | Наименование блюда | Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал) | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | с 1-3 лет | | с 3-7 лет | |
| **Завтрак Иртэнге аш** | Каша "Дружба" молочная с маслом слив. | 140/3 | 155,56 | 180/3 | 215,85 |
| | Бутерброд с сыром, маслом слив | 25/5/5 | 115,67 | 30 5 5 | 128,77 |
| | Чай с сахаром и молоком | 180/6 | 75,76 | 180/6 | 75,76 |
| **2 завтрак 2 Иртэнге аш** | Фрукты свежие | 100 | 96 | 100 | 96 |
| **Обед Төшке аш** | Салат из припущенной моркови с курагой | 40 | 25,68 | 60 | 38,52 |
| | Рассольник ленинградский на кур.бульоне,се сметаной | 150/6 | 74,07 | 180/7 | 106,74 |
| | Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным | 50/2 | 123,2 | 70/2 | 167,2 |
| | Гороховое пюре | 110 | 163,9 | 130 | 196,94 |
| | Напиток из сухофруктов | 150 | 60 | 180 | 72 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 69,23 | 45 | 89,1 |
| **Полдник Йокыдан соң аш** | Кисломолочный напиток(катык) | 150 | 76 | 180 | 92 |
| | Сдоба обыкновенная | 25 | 71 | 50 | 141 |
| **Ужин Кичке аш** | Омлет натуральный | 130 | 251,03 | 150 | 289,66 |
| | Напиток из шиповника | 150/5 | 26,15 | 180/6 | 31,38 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 47 | 35 | 82,25 |