Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (7 день)

3. марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47	180/3	214,8
	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180 6	74,58
	Бутерброд с маслом сливочным,с сыром	25 5 5	115,67	30 5 5	128,77
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Тошке аш	Салат из квашенной капусты	40	25,71	50	42,85
	Борщ со свежей капустой с картофелемна кур.бульоне со сметаной	150/5/5	70,31	180/7	85,97
	Гуляш из отварной птицы	30/30	92,63	40/40	123,51
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2	136,73	130/3	165,79
	Компот из свежих яблок	150	85,95	180	103,14
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,1
Полдник	Кисломолочный напиток	150	76	180	92
Ужин Кичке аш	Расстегай с рыбой	100	220	100	220
	Напиток из шиповника	150/5/5	26,15	180/6/7	31,38