Утверждаю

Заведующий МБДОУ дс №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (8 день)

# 4 марта

| | Наименование блюда | Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал) | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | с 1-3 лет | | с 3-7 лет | |
| **Завтрак Иртэнге аш** | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 140/3 | 185,66 | 180/3 | 238,71 |
| | Какао с молоком | 180/6 | 90,78 | 180 | 90,78 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 98,5 | 30 5 | 111,68 |
| **2 завтрак 2 Иртэнге аш** | Сок | 200 | 84,8 | 200 | 84,8 |
| **Обед Тошке аш** | Винегрет овощной | 40 | 50,04 | 50 | 75,06 |
| | Щи со свежей капустой с картофелем ,со сметаной | 150/10/5 | 81,56 | 180/10/7 | 84,8 |
| | Тефтели мясные в томатном соусе | 45/15 | 94,39 | 60/20 | 125,85 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 110/2 | 170,14 | 130/3 | 205,27 |
| | Компот из урюка | 150 | 56,83 | 180 | 68,2 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 47 | 30 | 70,57 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 69,3 | 45 | 89,1 |
| **Полдник Йокыдан сон** | Кисломолочный напиток | 150 | 76 | 180 | 92 |
| | Кондитерское изделие | 20 | 67,8 | 20 | 67,8 |
| **Ужин Кичке аш** | Пудинг творожный с повидлом | 110/20 | 330,5 | 130/20 | 360,2 |
| | Чай с сахаром | 150/5 | 20,08 | 180/6 | 24,1 |
| | | | | | |