



УТВЕРЖАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйэн"
Строкина Н.И.

МЕНЮ (10 дней)
6 марта

| | наименование блюда | Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал) | | | |
|------------------------------|---|--|--------|-----------|--------|
| | | с 1-3 лет | | с 3-7 лет | |
| Завтрак Иртэнге аш | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 140/3 | 179,4 | 180/3 | 225 |
| | Чай с сахаром,с яблоком | 170/6/10 | 28,7 | 180/6/10 | 28,7 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25 5 | 98,5 | 30 5 | 111,68 |
| 2 завтрак | Сок | 200 | 84,8 | 200 | 84,8 |
| Обед Төшке аш | Салат из зеленого горошка | 30 | 25,08 | 50 | 41,8 |
| | Суп картофельный с пшенной крупой,на курином бульоне | 150 | 42,88 | 180 | 51,45 |
| | Жаркое по-домашнему из отварной птицы | 150 | 177,15 | 200 | 236,2 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 32,89 | 180 | 39,47 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 47 | 30 | 70,57 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 69,23 | 45 | 89,1 |
| Полдник Йоқыдан сон аш | Кисломолочный напиток | 150 | 83 | 180/3 | 90 |
| | Кондитерское изделие | 35 | 128,1 | 35 | 128,1 |
| Ужин Кичке аш | Сырники из творога с повидлом | 100/30 | 329 | 120/30 | 379,8 |
| | Напиток из шиповника | 150/5 | 26,15 | 180/6 | 31,38 |
| | | | | | |