



МЕНЮ (1 день)

**6 октября**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

|                           | Наименование блюда                                    | Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал) |          |           |            |
|---------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------|-----------|------------|
|                           |                                                       | с 1-3 лет                                     |          | с 3-7 лет |            |
| Завтрак<br>Иртэнге аш     | Каша "Дружба"молочная с маслом сливочным              | 140/3                                         | 155,56   | 180/3     | 225        |
|                           | Кофейный напиток с молоком                            | 180/6                                         | 42,67    | 180,6     | 42,67      |
|                           | Бутерброд с маслом сливочным                          | 25 5                                          | 98,5     | 30 5      | 111,6      |
| 2 завтрак<br>2 Иртэнге аш | Фрукты свежие                                         | 100                                           | 47       | 100       | 47         |
| Обед<br>Төшке аш          | Салат из зеленого горошка                             | 30                                            | 25,08    | 50        | 41,8       |
|                           | Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками | 150/10                                        | 90,56    | 180/15    | 114,56     |
|                           | Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом           | 110/20                                        | 179,73   | 120/30    | 201,98     |
|                           | Компот из сухофруктов                                 | 150                                           | 57       | 180       | 68,18      |
|                           | Хлеб ржаной/хлеб пшеничный                            | 35/15                                         | 69,23/35 | 45/25     | 89,1/58,75 |
| Полдник<br>Йокьдан соң аш | Кисломолочный напиток(кефир)                          | 150                                           | 75       | 180       | 90         |
|                           | Кондитерское изделие(вафли)                           | 20                                            | 249      | 20        | 192        |
| Ужин Кичке аш             | Котлеты рыбные                                        | 50                                            | 89       | 70        | 124,56     |
|                           | Пюре картофельное                                     | 120                                           | 109,8    | 140       | 128,1      |
|                           | Хлеб пшеничный                                        | 20                                            | 47       | 30        | 70,5       |
|                           | Чай с сахаром                                         | 150/5                                         | 20,08    | 180/6     | 24,1       |