



УТВЕРЖДАЮ

И.о.аведующего МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Гороховская И.А.

Меню (4 день)

14 августа

|                              | Наименование блюда                                      | Выход блюда(гр)/Энергетическая<br>ценность(ккал) |        |           |        |
|------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------|-----------|--------|
|                              |                                                         | с 1-3 лет                                        |        | с 3-7 лет |        |
| Завтрак<br>Иртэнге аш        | Каша ячневая молочная с маслом<br>слив.                 | 140/3                                            | 173,76 | 180/3     | 223,41 |
|                              | Кофейный напиток с молоком                              | 180/6                                            | 90,54  | 180/6     | 90,54  |
|                              | Бутерброд с маслом сливочным,с<br>повидлом              | 25 5 10                                          | 106,7  | 30 5 10   | 110,8  |
| 2 завтрак<br>2 Иртэнге аш    | Сок                                                     | 125                                              | 43     | 180       | 94,4   |
| Обед Тошке<br>аш             | Томаты св.порционно                                     | 30                                               | 6,6    | 50        | 11     |
|                              | Суп картофельный с пшенной<br>крупой на курином бульоне | 150                                              | 51,45  | 180       | 61,74  |
|                              | Птица,тушеная в соусе с овощами                         | 150                                              | 198    | 200       | 264    |
|                              | Компот из сухофруктов                                   | 150                                              | 73,33  | 180       | 68,18  |
|                              | Хлеб пшеничный                                          |                                                  |        | 25        | 58,75  |
|                              | Хлеб ржаной                                             | 35                                               | 69,3   | 45        | 89,1   |
|                              | Кисломолочный напиток                                   | 150                                              | 83     | 180       | 102    |
| Полдник<br>Йокыдан сон<br>аш | Булочка с сахаром                                       | 35                                               | 95,67  | 35        | 95,67  |
| Ужин<br>Кичке аш             | Омлет натуральный                                       | 130                                              | 251,03 | 150       | 289,66 |
|                              | Чай с сахаром                                           | 150/5                                            | 20,08  | 180/6     | 24,1   |
|                              | Хлеб пшеничный                                          | 25                                               | 58,75  | 30        | 70,5   |