

Меню (7 день)
4 марта



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/о №50 "Лэйсн"

Строкина Н.И.

	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	173,76	180/3	223,41
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180 6	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным,с сыром	25 5 10	132,83	30 5	146,1
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Тошке аш	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
	Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	150	86,55	180	120,08
	Гуляш из отварной индейки	30/30	102,23	40/40	136,31
	Пюре гороховое	110	150,7	140	178,1
	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,26
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
Полдник Йоқыдан сон Ужин Кичке аш	Кондитерское изделие(пряники)	35	128,1	35	128,1
	Кисломолочный напиток(кефир)	150	75	180	90
	Рыба,тушеная с овощами	40/20	196,18	50/25	245,23
	Рис отварной рассыпчатый с маслом	110/2	162,47	130/2	192,01
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
	Хлеб пшеничный	20	47	25	58,75