



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

МЕНЮ (1 день)

10 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша "Дружба"молочная с маслом сливочным	140/3	155,56	180/5	207,6
	Кофейный напиток с молоком	180/6	90,54	180,6	90,54
	Бутерброд с маслом сливочным	25 5	78,3	30 5	111,6
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Төшке аш	Салат из моркови с сахаром	40	14,53	60	21,8
	Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	90,56	180/15	114,56
	Котлеты рубленые из говядины	50	124,17	70	173,83
	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	110/2	119,9	130/3	145,86
	Компот из сухофруктов	150	100	180	119,52
	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	35/15	69,23	45/25	89,1
Полдник Йоқыдан соң аш	Кисломолочный напиток(кефир)	150	75	180	90
	Кондитерское изделие(вафли)	20	192	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	100 5	20,08	180/6	24,1