



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (5 день)

14 марта

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Суп молочный с вермишелью	180	108,00	200	12
	Какао с молоком	150	48,86	180	58,8
	Бутерброд с сыром,маслом сливочным	25/10/5	132,83	30 10 5	146,
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	4
Обед Тошке аш	Винегрет овощной	40	50,04	60	75,0
	Суп из овощей с мясными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	99,31	180/11/5	106,1
	Котлеты рубленые из говядины	50	150,76	70	211,0
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами,с маслом сливочным	110/2	116,6	130/2	141,9
	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,2
	Хлеб пшеничный			25	58,7
	Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,
	Кисломоглочный напиток	150	76	180	91,
Полдник Йокидыдан сон	Кондитерское изделие	10	83	10	8
	Элеш с птицей	75	183,75	100	24
Ужин Кичке аш	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,4