



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"
Строкина Н.И.

МЕНЮ (10 дней)
7 марта

	наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/5	251,91
	Кофейный напиток с молоком	180/6	90,54	180/6	90,54
	Бутерброд с сыром,с маслом	25 5 5	115,67	30 5 5	128,77
2 завтрак 2 Иртэнге	Сок	125	68	180	94,4
Обед Төшке аш	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	37,56	60	56,34
	Рассольник ленинградский с куриными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	93,05	180/10/8	109,16
	Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	107,2	70/3	144,36
	Макаронные изделия отварные с овощами	110	138,16	130	163,28
	Кисель	150	92,7	180	111,24
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	35	69,3	45	89,1
	Молоко кипяченое	150	80,25	180	96,3
Полдник Йокедан соң аш	Кондитерское изделие	20	90,2	20	90,2
Ужин Кичке аш	Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	150	201,38	200	268,5
	Напиток из шиповника	150/5	149,56	180/6	79,38
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5