

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

Меню (4 день)

13 августа

|                           | Наименование блюда                                   | Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал) |        |           |        |
|---------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------|-----------|--------|
|                           |                                                      | с 1-3 лет                                     |        | с 3-7 лет |        |
| Завтрак<br>Иртэнге аш     | Каша ячневая<br>молочная с маслом<br>слив.           | 140/3                                         | 171,47 | 180/3     | 214,80 |
|                           | Кофейный напиток с<br>молоком                        | 180/6                                         | 74,58  | 180/6     | 74,58  |
|                           | Бутерброд с маслом<br>сливочным                      | 25 5                                          | 98,5   | 30 5      | 111,68 |
| 2 завтрак<br>2 Иртэнге аш | Сок                                                  | 200                                           | 84,8   | 200       | 84,8   |
| Обед<br>Тошке аш          | Салат из свеклы с<br>яблоками                        | 40                                            | 30,68  | 60        | 46,02  |
|                           | Щи из свежей<br>капустой на бульоне<br>из индейки со | 150/5                                         | 57     | 180/7     | 70,02  |
|                           | Индейка тушеная с<br>овощами по татарски             | 30/30                                         | 101,63 | 40/30     | 150,93 |
|                           | Макаронные изделия<br>отварные с маслом              | 110/2                                         | 136,73 | 130/3     | 165,79 |
|                           | Компот из урюка                                      | 150                                           | 56,83  | 180       | 68,2   |
|                           | Хлеб пшеничный                                       | 20                                            | 47     | 35        | 82,25  |
|                           | Хлеб ржаной                                          | 35                                            | 69,23  | 45        | 89,1   |
|                           | Кисломолочный<br>напиток                             | 150                                           | 76     | 180       | 92     |
|                           | Йогурт                                               | 110/20                                        | 353,4  | 130/20    | 408,2  |
| Ужин<br>Кичке аш          | Запеканка творожная с<br>молоком сгущенным           | 150/5                                         | 20,08  | 180/6     | 24,1   |
|                           | Чай с сахаром                                        |                                               |        |           |        |