



Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

14 августа

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша жидкая молочная гречневая,с маслом сливочным	140/3	180,10	180/3	225,90
	Чай без сахара,с мармеладом	170/10	48,15	180/20	96,3
	Бутерброд с сыром,маслом сливочным	25/5/5	115,67	30 5 5	128,77
	2 завтрак 2 Иптэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100
Обед	Огурцы свежие порционно	30	3,6	50	6
Тошке аш	Суп гороховый с картофелем,с мясными фрикадельками	150/10	108,56	180/10	126,35
	Тефтели мясные	50	92,46	70	129,44
	Рагу из овощей	120	162,29	150	202,86
	Компот из свежих фруктов	150	32,89	180	39,47
	Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,19
	Полдник Йокыдан сон	Кисломолочный напиток	150	76	180
Ужин Кичке аш	Кондитерское изделие	20	66,2	20	66,2
	Рыба тушеная с овощами	40/20	105	50/25	196,18
	Пюре картофельное	120	109,8	140	128,1
	Хлеб пшеничный	20	47	35	82,25
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48