

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

МЕНЮ (3 день)

1 ИЮЛЯ

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
		г/д	г/д	г/д	г/д
Завтрак Иртэнге аш	Каша "Дружба" молочная с маслом слив.	140/3	155,56	180/3	215,85
	Бутерброд с сыром, маслом слив	25/5/5	115,67	30 5 5	128,77
	Чай с сахаром и молоком	180/6	75,76	180/6	75,76
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	96	100	96
Обед Төшке аш	Салат из припущенной моркови с курагой	40	25,68	60	38,52
	Рассольник ленинградский на кур.бульоне,се сметаной	150/6	74,07	180/7	106,74
	Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным	50/2	123,2	70/2	167,2
	Гороховое пюре	110	163,9	130	196,94
	Напиток из сухофруктов	150	60	180	72
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,1
Полдник Йокыдан сон аш	Кисломолочный напиток(катык)	150	76	180	92
	Сдоба обыкновенная	25	71	50	141
Ужин Кичке аш	Омлет натуральный	130	251,03	150	289,66
	Напиток из шиповника	150/5	26,15	180/6	31,38
	Хлеб пшеничный	20	47	35	82,25