

ОПШНИ МБДО

Меню (1 день) 5 ма

Наименование блюда

ОПШНИ МБДО

Меню (1 день) 5 ма

Наименование блюда

Меню (1 день) 5 ма

Наименование блюда

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша "Дружба"молочная с маслом сливочным	140/3	155,56	180/3	225
	Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180,6	42,67
	Бутерброд с маслом сливочным	25,5	98,5	30,5	111,6
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Төшкө аш	Икра морковная	30	27,36	50	45,6
	Суп вермишелевый с жартофелем с мясными фрикадельками	150/10	90,56	180/15	114,56
	Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом	110/20	179,73	120/30	201,98
	Компот из сухофруктов	150	57	180	68,18
	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	35/15	69,23/35	45/25	89,1/58,75
Поддник Йокыдан соң аш	Кисломолочный напиток(кефир)	150	75	180	90
	Кондитерское изделие(вафли)	20	249	20	192
Ужин Кичке аш	Котлеты рыбные	50	89	70	124,56
	Пюре картофельное	120	109,8	140	128,1
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
	Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,1