

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ д/с №52
 "Алтынчэч"
 Шакирова Л.М

МЕНЮ (5 день)
 14 января

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнгеш	Каша жидккая молочная гречневая, с маслом сливочным	140/3	180,1	180/3	225,9
	Чай без сахара, с мармеладом 160/20(1/2шт)	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 Иртэнгеш	Яблоко	100	47	100	47
Обед Төшке аш	Салат из моркови	40	20,92	60	31,38
	Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками	150/10	108,56	180/10	126,35
	Тефтели мясные (без риса)	50	92,46	70	129,44
	Овощное рагу	120	162,29	150	202,86
	Компот из свеж. фруктов (яблоки, апельсин, лимон)	150	32,89	180	39,47
	Хлеб пшеничный				
	Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,1
Полдник Йокыдан соң аш	Кисломолочный напиток (ряженка)	150	76	180	92
	Кондитерское изделие (сушки)	20	66,2	20	66,2
Ужин Кичке аш	Рыба тушеная с овощами	40/20	196,18	50/25	105
	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
			1471,85		1706,8
	итого за день	с 1-3 цена 135,49 руб ; с 3-7 цена 170,64 руб.			