

УТВЕРЖДАЮ

Ведущий МБДОУ

«Рунтэ» детский сад»

Шагарова Т.Г.



МЕНЮ НА СЕГОДНЯ

День 7-й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамины С
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,04	5,54	30,04	214,80	
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	
Итого:	404	11,18	12,45	55,88	401,06	1,17
2 - ой ЗАВТРАК						
Кисломолочный напиток/катык	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45
Итого:	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45
ОБЕД						
Салат из квашеной капусты	50	0,85	2,50	4,23	42,15	9,91
Суп картофельный с гречневой крупой, с куриными фрикадельками	180/10	2,84	3,21	9,52	81,94	6,15
Биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4	0,25
Пюре картофельное с маслом сливочным	140/3	2,88	6,65	19,20	147,90	16,96
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00
Итого:	678	18,79	19,14	83,57	587,60	34,04
ПОЛДНИК						
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,38	8,89	21,29	206,33	0,18
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38	90,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57	0,00
Итого:	366	13,27	9,38	42,74	308,28	90,18
ВСЕГО:	1628	48,46	45,46	189,75	1330,94	125,83