



УТВЕРЖДАЮ  
 Исполнительный МБДОУ  
 «Рунгичский детский сад»  
 Шагарова Т.Г.

**МЕНЮ НА СЕГОДНЯ**  
 день 9-й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180/3	5,35	5,41	38,57	225,00	0,86
Чай с молоком, сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	1,38
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	0,04
<b>Итого:</b>	409	11,99	13,63	64,54	429,53	2,28
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>						
Кисломолочный напиток/ряженка	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54
<b>Итого:</b>	180	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54
<b>ОБЕД</b>						
Салат из моркови с сахаром	60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,85	3,99	8,37	83,34	0,36
Биточки «Домашние»	70	10,38	8,10	14,95	151,73	0,07
Картофель запеченный	140	3,80	8,25	29,53	211,80	20,3
Кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,87	69,37	0,00
<b>Итого:</b>	665	19,63	20,91	89,87	621,81	24,60
<b>ПОЛДНИК</b>						
Пудинг творожный запеченный с повидлом	130/20	16,71	15,51	39,07	360,20	0,34
Чай с сахаром с лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	21,48	2,83
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,30	10,00
<b>Итого:</b>	443	17,24	15,94	55,10	434,98	13,17
<b>ВСЕГО:</b>	1697	54,08	54,99	217,07	1562,09	40,59