

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №90
_____/ Гулина Е. Н.
202__ г



МЕНЮ

на _____ 20__ г

День: XV	Неделя: _____				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	200	150	182	136,5
	Кофейный напиток с молоком	180	150	91	91
	Хлеб пшеничный	40	40	96	96
	Масло сливочное	7	5	46,2	33,0
	Итого:	427	345	415,2	356,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	100	42,4	42,4
	Итого:	100	100	42,4	42,4
Обед	Икра свекольная	50	30	50,05	18,0
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	150	114	85,5
	Тефтели из рыбы паровые	70	50	66,5	47,5
	Картофельное пюре	130	120	118,95	98,0
	Компот из яблок	180	150	87,84	81,3
	Хлеб ржаной	15	15	25,6	25,6
	Хлеб пшеничный	15	15	39,0	39,0
	Итого:	660	530	501,94	394,9
Полдник	Кисломолочный продукт	180	150	101,0	84,2
	Булочка домашняя	70	50	250,1	178,6
	Итого :	260	200	350,1	262,8
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	30	43,9	26,3
	Котлета куриная	70	60	123,4	105,8
	Гречка отварная со слив. маслом	130	110	211,25	155,2
	Чай с сахаром	180	150	48	40
	Хлеб ржаной	30	30	51,2	51,2
	Итого:	460	380	483,55	378,5
Итого за XV день		1908	1555	1793,2	1434,2

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №90
_____/ Гулина Е. Н.
202__ г

МЕНЮ

на _____ 20__ г

День: XV	Неделя: _____				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром и маслом сливочным	200	150	182	136,5
	Кофейный напиток с молоком	180	150	91	91
	Хлеб пшеничный	40	40	96	96
	Масло сливочное	7	5	46,2	33,0
	Итого:	427	345	415,2	356,5
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	100	42,4	42,4
	Итого:	100	100	42,4	42,4
Обед	Икра свекольная	50	30	50,05	18,0
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	150	114	85,5
	Тефтели из рыбы паровые	70	50	66,5	47,5
	Картофельное пюре	130	120	118,95	98,0
	Компот из яблок	180	150	87,84	81,3
	Хлеб ржаной	15	15	25,6	25,6
	Хлеб пшеничный	15	15	39,0	39,0
	Итого:	660	530	501,94	394,9
Полдник	Кисломолочный продукт	180	150	101,0	84,2
	Булочка домашняя	70	50	250,1	178,6
	Итого :	260	200	350,1	262,8
Ужин	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	30	43,9	26,3
	Котлета куриная	70	60	123,4	105,8
	Гречка отварная со слив. маслом	130	110	211,25	155,2
	Чай с сахаром	180	150	48	40
	Хлеб ржаной	30	30	51,2	51,2
	Итого:	460	380	483,55	378,5
Итого за XV день		1908	1555	1793,2	1434,2