

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №90

дв/ Гулина Е. Н.

202__ г

МЕНЮ

на _____ 20__ г

День: XI	Неделя: _____				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак	Каша манная молочная вязкая с маслом слив.	200	150	153,0	114,8
	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	386,2	334,8
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	100	42,4	42,4
	Итого:	100	100	42,4	42,4
Обед	Салат из белокочанной капусты с раст. маслом	50	30	43,9	26,3
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. капустой, картоф.	200	150	71,0	53,3
	Тефтели мясные	50/30	30/30	110	82,5
	Греча отварная	130	110	211,25	155,2
	Компот из сухофруктов	180	150	103,0	85,8
	Хлеб ржаной	30	30	51,2	51,2
	Итого:	670	530	519,4	454,3
Полдник	Кисломолочный напиток	180	150	101,0	84,2
	Гренка из пшеничного хлеба	40	40	147,28	147,28
	Итого:	220	190	248,28	231,48
Ужин	Салат из моркови и яблок	50	30	40,95	24,6
	Сырники запеченные с повидлом 100/30	130	130	309	309
	Чай с сахаром	180	150	48,0	40,0
	Итого:	360	310	397,95	373,6
Итого за XI день		1770	1745	1679,38	1436,58