

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №90

/ Гулина Е. Н.
№ 90 202__ г



МЕНЮ

на _____ 20__ г

День: VII	Неделя: _____				
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность (ккал)	
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом слив.	200	150	145,2	108,9
	Кофейный напиток с молоком	180	150	91	91
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	40/5/10	162,25	162,25
	Итого:	435	355	398,45	362,15
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 свеклы с раст. маслом	50	30	46,95	28,2
	Суп овощной на курином бульоне	200	150	84,2	63,2
	Печень тушеная в сметане	40/40	30/30	122,1	91,6
	Макароны отварные	130	120	143,4	132,4
	Кисель	180	150	127,9	106,6
	Хлеб ржаной	15	15	25,6	25,6
	Хлеб пшеничный	15	15	39,0	39,0
	Итого:	670	540	589,15	486,6
Полдник	Кисломолочный напиток	180	150	101,0	84,2
	Вафли	40	40	205,6	205,6
	Итого:	220	190	306,6	289,8
Ужин	Салат из белокочанной капусты	50	30	42,95	25,8
	Рыба, запеченная в омлете	70	60	89,25	76,5
	Картофельное пюре	150	120	138	110,4
	Чай с сахаром	180	180	48	40
	Хлеб ржаной	30	30	51,2	51,2
	Итого:	480	420	369,4	303,9
Итого за VII день		1905	1605	1706,0	1484,9