

Принять к исполнению
 Заведующий МБДОУ №35
 Киршина А.Р.

М.П

Меню на 23 Июня

Наименование блюда	Норма 1-3лет		Норма 3-7 лет	
Завтрак				
Каша Ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47 ккал	180/3	214,80 ккал
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58 ккал	180/6	74,58 ккал
Батон с сыром,маслом сливочным	25/5/5	115,67 ккал	30/5/5	128,77 ккал
2-ой Завтрак				
Фрукты свежие	100	47 ккал	100	47 ккал
Обед				
Огурцы свежие порционно	30	6,6 ккал	50	6 ккал
Борщ со свежей капустой,картофелем на курином бульоне,со сметаной	150/5	70,31 ккал	180/7	85,97 ккал
Гуляш из отварной птицы	30/30	92,63 ккал	40/40	123,51 ккал
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2	136,73 ккал	130/3	165,79 ккал
Компот из свежих яблок	150	85,95 ккал	180	103,14 ккал
Хлеб пшеничный	20	47ккал	30	70,57ккал
Хлеб ржаной	35	69,30 ккал	45	89,10 ккал
Полдник				
Кисломолочный напиток	150	76,00 ккал	180	92,00 ккал
Ужин				
Расстегай с рыбой	100	220 ккал	100	220 ккал
Напиток из шиповника	150/5	26,15 ккал	180/6	31,38 ккал
		Б-42,03		Б-55,52
		Ж-37,92		Ж-49,60
		У-145,27		У-200,65