



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (7 день)

28 апреля

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
		гр	ккал	гр	ккал
Завтрак Иртэнге аш	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47	180/3	214,8
	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180 6	74,58
	Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	25 5 5	115,67	30 5 5	128,77
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие	100	47	100	47
Обед Тошке аш	Салат из квашенной капусты	40	25,71	50	42,85
	Борщ со свежей капустой с картофелем на кур.бульоне со сметаной	150/5/5	70,31	180/7	85,97
	Гуляш из отварной птицы	30/30	92,63	40/40	123,51
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2	136,73	130/3	165,79
	Компот из свежих яблок	150	85,95	180	103,14
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,1
	Кисломолочный напиток	150	76	180	92
Ужин Кичке аш	Расстегай с рыбой	100	220	100	220
	Напиток из шиповника	150/5/5	26,15	180/6/7	31,38