

5 день

*** ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ детского сада № 389
 И.В. Климкина
 МАДОУ
 Детский сад
 № 389
 возрастная группа 1-3 лет

номер	Наименование изделий (блюда)	Выход, грамм	Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
7.19/4/4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с	150	4,53	4,94	23,23	17
7.035/2	Батон с маслом 25/6	31	1,95	5,7	13,37	10
7.435/6	Сыр	7	1,67	1,72	0	2
7.118/1	Чай с молоком	150	2,1	2,25	10,68	7
Итого за прием:		338	10,25	14,61	47,28	36
Второй завтрак						
7.15/10/3	Напиток из шиповника	100	1,05	0,07	15,26	6
Итого за прием:		100	1,05	0,07	15,26	6
Обед						
7.275/1	Икра кабачковая	30	0,59	2,69	2,81	3
7.9/2/4	Рассольник со сметаной	150	1,81	4,16	13,89	10
7.15/3/3	Свекла тушеная в молочном соусе	100	2,19	2,46	13,96	8
7.22/8/3	Фрикадельки из мяса припущенные	60	9,05	9,59	4,77	1
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов	150	0,36	0	10,54	2
7.002/1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,54	2
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02	2
Итого за прием:		540	17,5	19,44	68,53	4
Полдник						
7.21/2/5	Суп молочный с лапшой	120	1,98	2,29	7,51	4
7.338	Йогурт питьевой	120	6	3,84	10,2	2
7.2/12	Булочка творожная	60	7,27	9,2	28,66	2
Итого за прием:		300	15,25	15,33	46,37	4
Итого за день:		1278	44,05	49,45	177,44	13