

УТВЕРЖДАЮ

Местный МБДОУ

№ 22 «Зайчик»

О.В. Самохина



**МЕНЮ**

на «28» мая 2020

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200	202,6
Кофейный напиток на молоке	200	112,4
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>447</b>	<b>450,6</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок фруктовый	100	43
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>	<b>100</b>	<b>43</b>
<b>ОБЕД</b>		
Борщ сибирский на м/б	200	160,5
Котлета из мяса птицы	70	183,8
Картофельное пюре	130	113,2
Икра свекольная	60	65,9
Компот из сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>694,3</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Пудинг творожно-вермишелевый запеченный в сметане	120/30/120/30	333,2
Молоко кипячёное	200	104,8
Яблоко	100	67,2
<b>Итого за полдник:</b>	<b>450</b>	<b>505,2</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1697</b>	<b>1693,1</b>