

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 22 «Зайчик»

О.В. Самохина



МЕНЮ

на «08» апреля 2016 г.

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп «Лапша» молочная с маслом сливочным	200	183,2
Чай сладкий	200	48
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Сыр (порциями)	10	38,8
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>457</b>	<b>405,6</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>		
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	200	139,9
Котлета мясная	70	235,5
Картофель тушёный в молоке с маслом сливочным	130	113,2
Салат «Степной» из разных овощей	60	39
Компот из сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>698,5</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Рыба под омлетом	80	145,7
Икра кабачковая консервированная	60	71,4
Хлеб пшеничный	30	71
Кофейный напиток с мол.	200	101,9
Печенье	30	125,1
<b>Итого за полдник:</b>	<b>400</b>	<b>515,1</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1657</b>	<b>1662,2</b>