

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

№ 22 «Зайчик»

О.В. Самохина



**МЕНЮ**

на «17» апреля 2021

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	197,1
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>		
Рассольник со сметаной	200/10	157,2/20,6
Соус картофельный с мясом и овощами	250	318,6
Компот из сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
<b>Итого за обед:</b>	<b>700</b>	<b>667,3</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Котлета рыбная	70	134,2
Макаронные изделия отварные с овощами	130	186,3
Какао на молоке	200	112,8
Вафли	30	106,2
<b>Итого за полдник:</b>	<b>430</b>	<b>539,5</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1687</b>	<b>1655,4</b>