

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

№ 22 «Зайчик»

В. Самохина



МЕНЮ

на «20» апреля 2020

Возраст: 1,5-7 лет.

Режим работы ДОУ: 10,5 часов

Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Калорийность порции (ккал)
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная с маслом сливочным	200	165
Чай сладкий	200	48
Хлеб пшеничный	40	83,2
Масло сливочное	7	52,4
Итого за завтрак:	447	348,6
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	43
Итого за 2-ой завтрак	100	43
ОБЕД		
Суп картофельный с горохом на м/б	200	176,7
Колбаски мясные	70	235,5
Макаронные изделия отварные с мас.слив.	130	169,2
Огурец солёный	50	6,5
Компот из смеси сухофруктов	180	38,7
Хлеб пшеничный	30	71
Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:	690	758,8
ПОЛДНИК		
Яйца вареные	40	63
Икра из свеклы	60	65,9
Хлеб пшеничный	30	71
Кисель	200	120,6
Ватрушка с повидлом	60	201,7
Итого за полдник:	390	522,2
ВСЕГО:	1627	1672,6