

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
"Детский сад № 79 "Соловушка"
И.А.Гращенкова

Сад

Меню на 2-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда
Завтрак:	Каша жидкая манная	239,6	200
	Какао с молоком	116,1	180
	Бутерброд с маслом	108,8	30/5
	Итого завтрак	464,5	415
Второй завтрак:	Сок фруктовый	51,6	120
	Итого 2-ой завтрак	51,6	120
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	45,4	200
	Гуляш из отварного мяса	285,8	80
	Огурец соленый	5,2	40
	Пюре картофельное	145,5	150
	Сок фруктовый	51,6	120
	Хлеб ржаной	102,1	50
	Итого обед	635,5	640
	Булочка "Веснушка"	190,5	50
	Кефир	106	200
	Итого полдник	296,5	250
Ужин:	Котлета рыбная запеченная	139,8	100
	Свекла, тушеная в белом соусе	124,5	180
	Яйцо вареное	70,1	40
	Чай с сахаром	20,6	180
	Хлеб пшеничный	71,4	30
	Итого ужин	426,4	530

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
"Детский сад № 79 "Соловушка"
И.А.Гращенкова

Ясли

Меню на 2-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда
Завтрак:	Каша жидкая манная	183,5	200
	Какао с молоком	90,9	180
	Бутерброд с маслом	85	20/5
	Итого завтрак	359,4	405
Второй завтрак:	Сок фруктовый	51,6	120
	Итого 2-ой завтрак	51,6	120
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	28,5	200
	Гуляш из отварного мяса	243,6	80
	Огурец соленый	2,6	20
	Пюре картофельное	136,5	150
	Сок фруктовый	51,6	120
	Хлеб ржаной	81,6	40
	Итого обед	544,4	610
	Булочка "Веснушка"	177,2	50
	Кефир	106	200
	Итого полдник	283,2	250
Ужин:	Котлета рыбная запеченная	123,1	100
	Свекла, тушеная в белом соусе	114,7	180
	Яйцо вареное	70,1	40
	Чай с сахаром	16,2	180
	Хлеб пшеничный	71,4	30
	Итого ужин	395,5	530