

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



Сад

**Меню на 9-й день**

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	280,9	200
	Какао с молоком	108,4	180
	Хлеб пшеничный	71,4	30
	Итого завтрак	460,7	420
Второй завтрак:	Яблоки	51,7	140
	Итого 2-ой завтрак	51,7	140
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	46,7	200
	Запеканка картофельная с мясом	281,6	190
	Салат из свеклы	55,8	60
	Компот из свежих яблок	39,6	180
Полдник:	Хлеб ржаной	61,2	30
	Итого обед	484,9	660
	Бутерброд с повидлом	148,3	55
	Ряженка	108	200
Ужин:	Итого полдник	256,3	255
	Рыба, запеченная в омлете	151,3	100
	Винегрет овощной	101	150
	Чай с лимоном	25	180
	Хлеб пшеничный	59,5	25
	Хлеб ржаной	40,8	20
	Итого ужин	377,6	475

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



Ясли

**Меню на 9-й день**

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Выход блюда
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	211,5	200
	Какао с молоком	84,3	180
	Хлеб пшеничный	47,6	20
	Итого завтрак	343,4	400
Второй завтрак:	Яблоки	47	100
	Итого 2-ой завтрак	47	100
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	32,6	200
	Запеканка картофельная с мясом	272,1	190
	Салат из свеклы	54,6	60
	Компот из свежих яблок	39,6	180
Полдник:	Хлеб ржаной	61,2	30
	Итого обед	460,1	660
	Бутерброд с повидлом	87,3	35
	Ряженка	108	200
Ужин:	Итого полдник	195,3	235
	Рыба, запеченная в омлете	144,4	100
	Винегрет овощной	107,9	150
	Чай с лимоном	17	180
	Хлеб пшеничный	47,6	20
	Хлеб ржаной	20,4	10
	Итого ужин	337,3	460