

Заведующий МБДОУ д/с №50 "Лэйсэн"

Строкина Н.И.

Меню (5 день)

24 октября

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Суп молочный с вермишелью	180	108,00	200	120
	Какао с молоком	150	48,86	180	58,83
	Бутерброд с сыром,маслом сливочным	25/10/5	132,83	30 10 5	146,1
2 завтрак	Фрукты свежие	100	47	100	47
2 Иртэнге аш Обед	Винегрет овощной	40	50,04	60	75,06
Тошке аш	Суп из овощей с мясными фрикадельками,со сметаной	150/10/5	99,31	180/11/7	106,12
	Котлеты рубленые из говядины	50	150,76	70	211,06
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами,с маслом сливочным	110/2	116,6	130/2	141,96
	Компот из свежих яблок	150	46,05	180	55,26
	Хлеб пшеничный			25	58,75
	Хлеб ржаной	40	79,2	45	89,1
	Кисломолочный напиток	150	76	180	91,8
Полдник Йокыдан сон	Кондитерское изделие	10	83	10	83
Ужин Кичке аш	Элеш с птицей	75	183,75	100	245
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48