

Утверждаю:  
заведующий МАДОУ №18  
\_\_\_\_\_ О.П. Арбузова

<b>МЕНЮ</b>					
День: понедельник					
Неделя: вторая 6 день					
Прием пищи ясли/сад	Наименование	Выход блюда		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>					
<b>8.30 – 9.00</b>	Каша пшеничная с маслом сливочным	150	180	169,5	203,4
	Батон <i>(с В-каротином)</i>	20	30	53,5	80,25
	Какао с молоком	180	200	88,4	98,5
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>410</b>	<b>344,5</b>	<b>418,65</b>
<b>II завтрак</b>					
<b>10.30</b>	Сок фруктовый(индивидуальная упаковка)	200		89,6	
	Витаминизированный напиток «Витошка»		200		80
	<b>Итого за II завтрак</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>89,6</b>	<b>80</b>
<b>Обед</b>					
<b>12.00 – 13.00</b>	Салат из припущенной моркови с изюмом и растительным маслом	30	60	38,7	76
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	150	180	66	79,2
	Макаронные изделия отварные	110	130	137,87	162,93
	Печень по-строгановски	50	80	90	144
	Напиток лимонный	150	180	118,0	140
	Хлеб ржаной	30	37	79,0	97,3
	<b>Итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>667</b>	<b>522,87</b>	<b>687,43</b>
<b>Полдник</b>					
<b>15.30</b>	Биточки(котлеты) картофельные, запеченные	130	180	144,73	167
	Чай	150	200	26,2	35
	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>380</b>	<b>170,93</b>	<b>208,6</b>
<b>Рекомендованный ужин</b>					
<b>18.30</b>	Рыба тушеная с овощами	100	120	102	122
	Чай с лимоном	150	180	27,08	33,32
	Хлеб ржаной	30	37	67,8	83,6
<b>21.00</b>	Кисломолочный продукт	150	180	115,5	138,6
	<b>Итого за ужин</b>	<b>430</b>	<b>577</b>	<b>312,4</b>	<b>377,6</b>