

Утверждаю:
 заведующий МАДОУ №18
 _____ О.П. Арбузова

МЕНЮ					
День: четверг.					
Неделя: вторая 9 день.					
Прием пищи ясли/сад	Наименование	Выход блюда		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак					
8.30 – 9.00	Запеканка из творога	90	100	208,0	209,0
	Соус молочный сладкий	50	50	54,85	54,85
	Какао с молоком	180	200	88,0	98,5
	Итого за завтрак	320	350	350,85	362,35
II завтрак					
10.30	Фрукт (<i>плод свежий</i>)- яблоко	120	120	53,28	53,28
	Итого за II завтрак			53,28	53,28
Обед					
12.00 – 13.00	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	60	32,0	32,0
	Суп-пюре из разных овощей	150	180	60,75	72,9
	Суфле из печени	50	70	76,89	107,63
	Капуста тушеная	110	130	62,66	81,46
	Компот из сухофруктов (сад)	150	180	54	64,8
	Гренки(сухарики из хлеба пшеничного)	10	20	25,9	49,7
	Итого за обед	500	640	312,2	408,49
Полдник					
15.30	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	200	135,5	178
	Бутерброд с повидлом	30/15	40/15	127,63	170,17
	Чай с молоком	150	180	45,75	54,9
	Итого за полдник	300	380	308,88	403,07
Рекомендованный ужин					
18.30	Сосиска "Детская"	60	60	154,8	154,8
	Картофельное пюре	120	120	108	108
	Батон с маслом	20	40	86,6	126,5
	Чай	150	180	26,2	31,5
21.00	Кисломолочный продукт	150	200	115,5	154
	Итого за ужин	500	600	491	574