

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

МЕНЮ					
День: понедельник					
Неделя: первая 1 день					
Прием пищи ясли/сад	Наименование	Выход блюда		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак					
8.30 – 9.00	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	120	150	116,44	145,7
	Кофейный напиток с молоком	180	200	106,9	120,0
	Итого за завтрак	300	350	223,34	265,7
II завтрак					
10.30	Сок фруктовый (индивидуальная упаковка)	200		89,6	
	Витаминизированный напиток «Витошка»		200		80
	Итого II завтрак			89,6	80
Обед					
12.00 – 13.00	Кукуруза консервированная	40	60	50	75
	Суп из овощей со сметаной	150	180	65,2	78
	Запеканка капустная с мясом говядины	130	160	314,8	387,5
	Компот из яблок и изюма	150	180	53,25	63,9
	Хлеб ржаной	30	37	79	97,3
	Итого за обед	460	557	512,3	626,7
Полдник					
15.30	Макаронник со сливочным маслом	130	150	222,41	256,6
	Бутерброд с повидлом	30/15	40/15	127,63	170,17
	Чай	150	200	26,2	35
	Итого за полдник	280	350	376,24	461,77
Рекомендованный ужин					
18.30	Запеканка капустная	100	130	114	148,2
	Батон с сыром	25	35	65	91
	Чай	150	180	26,2	32,4
21.00	Кисломолочный продукт	150	180	115,5	138,6
	Итого за ужин	425	525	320,7	410,2