

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

МЕНЮ					
День: вторник					
Неделя: первая 2 день					
Прием пищи ясли/сад	Наименование	Выход блюда		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>					
<b>8.30 – 9.00</b>	Пудинг из творога с морковью	100	120	195	234
	Соус молочный сладкий	50	50	54,85	54,85
	Батон (с <i>B-каротином</i> ) с маслом (5/7)	35	57	105,58	171,95
	Какао с молоком	150	180	101,25	121,50
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>335</b>	<b>407</b>	<b>456,68</b>	<b>582,30</b>
<b>II завтрак</b>					
<b>10.30</b>	Фрукт ( <i>плод свежий</i> ) яблоко	120	120	53,28	53,28
	<b>Итого II завтрак</b>			<b>53,28</b>	<b>53,28</b>
<b>Обед</b>					
<b>12.00 – 13.00</b>	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	60	20,99	32,73
	Суп –лапша на курином бульоне	150	180	72,2	93,3
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур с овощами	130	160	181,5	223,4
	Кисель	150	180	87,14	104,57
	Хлеб ржаной	30	37	67,8	83,6
	<b>Итого за обед</b>	<b>490</b>	<b>617</b>	<b>436,03</b>	<b>534,2</b>
<b>Полдник</b>					
<b>15.30</b>	Пирожок печеный из дрож. теста с повидлом	60	70	183	214
	чай	150	200	26,2	35
	<b>Итого за полдник</b>	<b>210</b>	<b>250</b>	<b>209,2</b>	<b>249,0</b>
<b>Рекомендованный ужин</b>					
<b>18.30</b>	Каша молочная пшенично-кукурузная с мас.сл.	150	180	141	169,2
	Батон с маслом	25	35	75,5	105,7
	Чай с лимоном	150	180	27,00	33,30
<b>21.00</b>	Кисломолочный продукт	150	180	115,5	138,6
	<b>Итого за ужин</b>	<b>475</b>	<b>575</b>	<b>359</b>	<b>447</b>