



Утверждаю:
заведующий МАДОУ №18
О.П. Арбузова

МЕНЮ

День: понедельник

Неделя: первая 1 день

Прием пищи		Наименование		Выход блюда		Калорийность	
ясли/сад				ясли	сад	ясли	сад
Завтрак							
8.30 – 9.00	Каша ячневая молочная с маслом сливочным			150	1200	145,7	195
	Кофейный напиток с молоком			180	200	106,9	120,0
	Хлеб пшеничный			20	20	46,11	46,11
	Итого за завтрак			350	420	298,71	361,11
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	40	66,84	89,15
	Итого за обед			500	640	550,1	702,6
Полдник 10 ч.							
15.30	Бутерброд со сливочным маслом и повидлом			55	55	170,17	170,17
	Чай			150	200	26,2	35
	Итого за полдник			205	255	196,37	205,17
Ужин 12 ч.							
18.30	Макаронные изделия отварные с маслом			150	180	157,4	196,8
	Батон витаминный(хлеб) с сыром			40	55	104	143
	Чай с молоком			180	200	57	89
	Итого за ужин			370	435	318,4	428,8
Рекомендованный ужин							
21.00	Кисломолочный продукт			150	180	115,5	138,6
	Итого за ужин			150	180	115,5	138,6