

Меню приготавливаемых блюд

День 3

Возрастная категория 1-3лет /3-7 лет

Завтрак							
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд		
		Ясли	Сад		Ясли	Сад	
1.	Каша геркулесовая	150	200	3 день	174,1	223,7	
2.	Какао на молоке	150	200	Здень	119,21	121,64	
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	29	34	Здень	90,42	102,52	
	Итого за завтрак	329	434		383,73	447,86	
Обед							
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд		
		Ясли	Сад		Ясли	Сад	
1.	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	200	3 день	115,94	154,59	
2.	Греча рассыпчатая	75	80	3 день	107,76	114,94	
3.	Тефтеля с соусом	90	90	3 день	153,8	153,8	
4.	Овощная икра	50	70	3 день	48,5	67,9	
5.	Компот из изюма	150	200	3 день	33,1	33,1	
6.	Хлеб ржаной	30	45	Здень	65,1	97,65	
	Итого за обед	545	685		701,4	819	
Полдник, совмещенный с ужином							
	Наименование блюда	Вес порций	Вес порций	Меню	Энергетическая ценность блюд		
		Ясли	Сад		Ясли	Сад	
1.	Котлета рыбная	80	100	3 день	143,3	161,4	
2.	Чай сладкий	150	200	3 день	19,9	19,9	
3.	Кукуруза	50	60	3 день	29	34,8	
4.	Хлеб пшеничный	30	30	3 день	72,6	72,6	
	Итого за полдник	310	390		234,5	288,7	
	Итого за день:	1184	1509		1349,9	1555,6	

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 7»

Л.С. Иванова

Завхоз

Е.В. Козлова