

МЕНЮ Утверждено: заведующий МБДОУ

на 08 апреля

Завтрак

1. Суп молочный с рисом – 200г
(белки-5,5; жиры-5,7; углеводы-15,3; ккал-135,0)
2. Какао с молоком – 180г
(белки-4,2; жиры-3,6; углеводы-13,5; ккал-103,1)
3. Бутерброд с маслом слив. - 35/10г
(белки-2,7; жиры-8,4; углеводы-17,6; ккал-146,6)

2-ой Завтрак

- Молоко–150г**
(белки-8,7; жиры-7,5; углеводы-14,4; ккал-162,0)

Обед

1. Суп картофельный с зеленым горошком и сметаной –200/10г
(белки-2,4; жиры-26,8; углеводы-14,1; ккал-134,6)
2. Котлета рыбная – 70г
(белки-12,4; жиры-3,3; углеводы-1,75; ккал-76,7)
3. Картофельное пюре- 130г
(белки-2,92; жиры-6,0; углеводы-15,86; ккал-128,7)
4. Напиток из шиповника – 180г
(белки-0,6; жиры-0,3; углеводы-16,2; ккал-80,5)
5. Хлеб ржаной – 50г
(белки-3,0; жиры-0,5; углеводы-21,2; ккал-102)

Уплотненный полдник

1. Пудинг творожный
с молочным соусом – 100г/30г
(белки-17,8; жиры-12,7; углеводы-19,1; ккал-262,2)
- 2 Чай с сахаром – 180г
(белки-0,2; жиры-0; углеводы-8,2; ккал-33,0)
3. Хлеб пшеничный – 35г
(белки- 3,8; жиры-0,4; углеводы-24,6; ккал-117,5)

МЕНЮ Утверждено: заведующий МБДОУ

(ясли) на 08 апреля

Завтрак

1. Суп молочный с рисом – 180г
(белки-4,95; жиры-5,1; углеводы-13,8; ккал-121,5)
2. Какао с молоком – 150г
(белки-3,5; жиры-3,0; углеводы-11,25; ккал-85,9)
3. Бутерброд с маслом слив. - 30/10г
(белки-2,3; жиры-8,4; углеводы-15,1; ккал-143,8)

2-ой Завтрак

- Молоко–150г**
(белки-8,7; жиры-7,5; углеводы-14,4; ккал-162,0)

Обед

1. Суп картофельный с зеленым горошком и сметаной –180/10г
(белки-2,0; жиры-8,1; углеводы-13,2; ккал-113,2)
2. Котлета рыбная – 60г
(белки-8,8; жиры-2,3; углеводы-1,25; ккал-54,7)
3. Картофельное пюре- 110г
(белки- 2,25; жиры-4,6; углеводы-12,2; ккал-99,0)
4. Напиток из шиповника – 150г
(белки-0,5; жиры-0,25; углеводы-13,5; ккал-67,1)
5. Хлеб ржаной – 40г
(белки-2,6; жиры-0,35; углеводы-17,0; ккал-81,6)

Уплотненный полдник

1. Пудинг творожный
с молочным соусом – 100г/30г
(белки-17,8; жиры-12,7; углеводы-19,1; ккал-262,2)
2. Чай с сахаром – 150г
(белки-0,17; жиры-0; углеводы-6,8; ккал-27,5)
3. Хлеб пшеничный – 30г
(белки- 2,3; жиры-0,17; углеводы-15,1; ккал-71,0)