



Утверждаю:

Заведующий МДОАУ «Д/с №16»

Н.Б.Жаворонкова

Меню 15 день

Наименование блюд	Вес в граммах		калорийность	
	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет
<u>Завтрак</u>				
Вермишель молочная	150	200	146.69	216.79
Хлеб пшеничный	20	20	45.2	45.2
Кофейный напиток с молоком	150	180	73.34	77.13
Яйцо отварное	1	1	65.61	77.23
<u>2 Завтрак- фрукты</u>	100	100	38	38
<u>Обед</u>				
Помидор свежий	40	60	49.94	79.99
Суп Любительский со сметаной	150/10	250/20	124.75	206.82
Плов с мясом	180	200	213.43	226.17
Компот из с/ф	150	200	44.38	62.78
Хлеб ржаной	30	40	57	76
<u>Полдник</u>				
Батон с маслом и сыром	25/2.5/5	50/5/10	99.28	198.55
Чай с сахаром	150	180	26.54	30/33
<u>Ужин</u>				
Сложный гарнир (картофель с капустой)	150	180	136.32	164.06
Кисель	150	180	19.32	22.81
Хлеб ржаной	20	30	38	57