

Утверждаю:

Заведующий МДОАУ «Д/с №16»

Н.Б.Жаворонкова

Меню 18 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>				
Суфле творожное со сгущенным молоком	150/20	180/30	348,56	442.66
Хлеб				
Чай	150	180	104.54	123.93
<u>2 Завтрак- Сок</u>	100	100	89	89
<u>Обед</u>				
Салат из свеклы с изюмом	40	60	34.71	51.78
Суп с мясными фрикадельками	150/15	250/15	99.41	139.78
Суфле из рыбы	70	80	110.46	138.13
Картофель тушеный	120	150	135.57	166.06
Компот из свежих яблок	150	200	44.38	62.78
Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	20/40	45.2/ 57	45.2/76
<u>Полдник</u>				
Булочка с присыпкой	50	70	154.35	225.11
Кисель	180	180	65.61	77.23
<u>Ужин</u>				
Вермишель молочная	150	200	146.69	216.79
Кофейный напиток с молоком	150	180	77.26	90.99
Хлеб пшеничный	20	30	45.2	45.2
сыр	8	10	28.8	36