«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 49»г.о.Самара

О.В. Серебрякова

МЕНЮ ПОНЕДЕЛЬНИК (1 неделя)

22.06.26г **Стоимость:** 270-40

Ответственный:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	200\5\5	**170**
	Какао с молоком	200	**109**
	Бутерброд с маслом	40/10	**151**
	итого за завтрак	460	**430**
2 завтрак	сок/ фрукт	100	**47**
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного	50	**42**
	Суп картофельный с мучными клёцками на курином бульоне	200/20	135
	Зелень	5	**2**
	Рыба,запеченная под молочным соусом с гарниром	200	**209**
	Компот из сухофруктов	180	**42**
	Хлеб ржаной и пшеничный	40/50	**94/79**
Полдник	итого за обед	745	**603**
	Макароны отварные с овощами	200	**217**
уплотненный	Яйцо	40	57
	Чай с сахаром	200	**37**
	Печенье	50	**104**
	Яблоко	80	**35**
Итого за уплотненный полдник		**570**	**450**
Итого за первый день		**1875**	1531