«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 49» г.о. Самара
О.В. Серебрякова

3.12.26г

МЕНЮ ЧЕТВЕРГ (2 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Суфле из рыбы	130	**174**
	Салат из зеленого горошка	50	**42**
	Кофейный напиток с молоком	200	**95**
	Бутерброд с маслом	40/10	**151**
	итого за завтрак	430	**462**
2 завтрак	Сок яблочный	100	**47**
Обед	Салат из свежих помидоров	50	**55**
	Свекольник со сметаной на кур.бульоне	200/15	**115**
	Зелень	5	**2**
	Каша гречневая рассыпчатая	100	**163**
	Гуляш из отварного мяса кур	70	**165**
	Компот из свежих яблок	200	**52**
	Хлеб ржаной и пшеничный	50/35	**79/70**
	Итого за обед	720	**701**
Полдник	Рагу из овощей	200	**129**
уплотненный	Чай с лимоном	200	**42**
	Бутерброд с сыром	50	**157**
	Груши	100	**46**
	итого за ужин	555	**338**
Итого за девятый день:		**1805**	**1549**

Стоимость: 210-50

Ответственный