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

МЕНЮ ПЯТНИЦА (1 неделя)

13.11.26г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Запеканка творожно-рисовая со сметаной	150/15	**329**
	Какао с молоком	200	**109**
	Бутерброд с маслом	40/10	**151**
	итого за завтрак	415	**589**
2 завтра	Ряженка	100	**82**
Обед	Салат из свежих овощей	50	**40**
	Щи со сметаной на курином бульоне	200	**66**
	Зелень	5	**2**
	Сметана	10	**20**
	Гуляш из отварной курицы	70	**165**
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	**165**
	Компот из сухофруктов	200	**47**
	Хлеб ржаной	50	**79**
	итого за обед	715	**584**
Полдник	Каша пшенная молочная вязкая	190/5/5	**193**
уплотнен ный	Хлеб пшеничный	40	**94**
	Чай с сахаром	200	37
	Печенье	50	**104**
	Яблоки	100	**44**
	итого за уплотненный полдник	590	**687**
Итого за пятый день:		**1820**	**1927**

Стоимость: 210-30
Ответственный: