


СОГЛАСОВАНО:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5 «Звездочка»
Л. П. Скупченко



День недели: четверг/1неделя/
 Дата: _____

Меню с информацией о биологической ценности блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1,5-3лет	Энергетическая ценность	Вес блюда 3-7лет	Энергетическая ценность
Завтрак	Яйцо отварное	50	79	50	79
	Капуста тушеная с мясным фаршем	130	204	130	204
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30	80	50	118
	Сыр сычужный твердый (порциями)	15	38	15	38
	Кофейный напиток с молоком	180	118	180	118
Итого за Завтрак		405	519	425	557
Завтрак 2-й	Сок яблочный	150	69	150	69
Итого за Завтрак 2-й		150	69	150	69
Обед	Суп картофельный с рыбными консервами	270	121	270	121
	Тефтели с томатным соусом	90	200	150	334
	Пюре картофельное	130	131	130	145
	Овощи сезонные (порциями)	30	7	50	12
	Помидоры				
	Компот из смеси сухофруктов	180	38	180	38
Итого за Обед	Хлеб ржаной обогащенный	40	84	50	105
		740	581	830	755
Полдник	Ватрушка с творогом	80	228	80	228
	Молоко кипяченое	150	80	200	120
Итого за Полдник		230	308	280	348
Ужин	Запеканка рисовая с творогом	180	331	180	331
	Яйцо отварное	---	---	50	79
	Чай с сахаром	200	41	200	41
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30	80	30	80
Итого за Ужин		410	452	460	531
Итого за день		1935	1929	2145	2260