

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МДОУ «Детский сад «Ромашка»  
\_\_\_\_\_ Ведерникова Г.А.

### Менюготавливаемых блюд МДОУ «Детский сад «Ромашка» для детей от 3-7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9							
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	200	5,0	7,89	22,91	177,4	182
	Кофейный напиток с молоком	200	2,9	3,4	13,8	67,0	414
	Хлеб пшеничный	40	2,1	0,24	26,6	142,8	П.п
	Яйцо отварное	40	4,2	3,57	0,21	63,0	227
		<b>480</b>	<b>14,2</b>	<b>15,1</b>	<b>63,52</b>	<b>450,2</b>	
Обед	Салат из кукурузы	50	1,5	2,99	3,25	42,0	12
	Щи уральские на м/б	180	2,59	7,67	14,99	127,76	78
	Сарделька паровая	70	11,02	7,9	14,47	193,74	298
	Макаронь отварные	130	2,24	4,17	24,34	167,85	219
	Компот из яблок	200	0,08	0,08	16,93	69,6	391
	Хлеб ржаной	40	2,02	0,45	16,11	76,3	П.п
		<b>670</b>	<b>18,95</b>	<b>21,76</b>	<b>86,91</b>	<b>652,0</b>	
Полдник:	Ватрушка с повидлом	40	1,01	2,28	13,28	70,3	441
	йогурт	180	4,19	2,25	12,75	105	420
	Каша геркулесовая жидкая	180	3,18	4,8	11,23	108,4	182
		<b>400</b>	<b>8,38</b>	<b>9,33</b>	<b>37,26</b>	<b>283,7</b>	
<b>Итого</b>		<b>1550</b>	<b>41,53</b>	<b>46,19</b>	<b>187,69</b>	<b>1377,85</b>	