

**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Медведевский детский сад №2 «Солнышко»**

425200, Республика Марий Эл, п.г.т. Медведево, ул. Коммунистическая, 18, тел. 58-23-82, 58-34-51.

МЕНЮ

Пятница



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МДОБУ «Медведевский детский сад №2 «Солнышко»

Т.В. Видякина Т.В. Видякина

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы	
День 10						
ЗАВТРАК	норма не менее 400	450	9,88	9,31	75,31	413,1
	Каша дружба вязкая с маслом	200	4,38	4,67	37,21	208,5
	Чай с молоком и сахаром	200	3,5	3,1	15	102,6
	Бутерброд с повидлом	30/20	2	1,54	23,1	102
2 ЗАВТРАК	норма не менее 100	150	4,35	4,8	6	90,5
	Биойогурт фруктовый	150	4,35	4,8	6	90,5
ОБЕД	норма не менее 600	650	26,06	23,68	70,37	664,15
	Свекла отварная	50	0,75	2,27	4,16	46,95
	Суп с рыбными консервами	200	6,87	6,72	11,42	133,8
	Жаркое по-домашнему	150	15	14	12,8	238,4
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,14	0,14	21,49	142
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,55	20,5	103
ПОЛДНИК	норма не менее 250	250	4,24	2,4	53,7	286,7
	Сдоба обыкновенная	50	3,8	2,4	26,2	174
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,44	0	27,5	112,7
УЖИН	норма не менее 450	480	19,99	12,79	67,25	462,8
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63
	Макароны отварные с маслом	200	7,67	4,63	36,31	217
	Какао с молоком	200	4,2	3,2	11,3	90,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,4
Итого за десятый день		1980	64,52	52,98	272,63	1917,25