

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий
МДОУ «Детский сад № 19»



И.С.Шевченко
расшифровка подписи

МЕНЮ

2 неделя Вторник

на « 14 » 02 2023 г.

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ЯСЛИ	Калорий- ность	САД	Калорий- ность
	Завтрак				
1.	Суп вермишелевый молочный	150	87,00	200	116,00
2.	Кофейный напиток с молоком	150	97,72	200	135,55
3.	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, сыром	20/5/7	95,07	30/5/10	122,69
	2 завтрак				
4.	Сок фруктовый	150	73,95	150	73,95
	Обед				
6.	Свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	150/4	87,08	200/5	116,11
7.	Картофельное пюре	100	87,700	150	134,76
8.	Гуляш из мяса говядины	50	124,66	70	196,35
9.	Компот из смеси сухофруктов	150	37,00	200	55,00
10.	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	44,26/106	20/50	44,26/132,50
	Полдник				
11.	Снежок	150	157,50	180	123,60
12.	Печенье	25	104,25	25	104,25
	Ужин				
13.	Сырники из творога	150	411,53	180	493,83
14.	Кисельная подлива	30	50,50	30	50,50
15.	Чай сладкий	150	29,25	200	39,00
	Итого:		1593,47		1938,35

Рекомендации для родителей по питанию дома фрукты, овощи