

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

«Атабаевский детский сад»

С.А.Спиридонова

Меню на 08 апреля 2021 года

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Сезон: весна – лето

№	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			ккалл	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1.	завтрак						
	Каша манная жидкая с маслом	20	3,2	5,08	21,4	144	111/5
	Бутерброд с сыром	30\10	5,04	6,59	14,56	138	3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	266
2.	Второй завтрак						
	Сок	100	1,26	0,36	20,52	90	18
3.	обед						
	Салат из свёклы отварной	60	0,7	3,04	4,18	50	34
	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,1	13,28	96,6	60
	Рис отварной	150	3,64	5,37	16,69	210	210
	Рыба, тушеная с овощами	80	7,8	3,57	3,04	84	156
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	261
	Хлеб пшеничный	40	4,74	0,6	28,98	142	
4.	полдник						
	Ватрушка с картофелем	80	3,15	1,82	20,46	111	283
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	269
	ИТОГО: 87 руб. 31 коп.						