

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №13 Койкова Е.А.

### Меню приготавливаемых блюд

Приём пищи	Наименование блюда	Ясли		Сад	
		Масса порций	Энерг.цен ность	Масса порций	Энерг.цен ность
Завтрак	Каша пшённая молочная	150	154	200	206
	Чай с молоком	180	55	200	61
	Батон	15	37,5	40	100
	Масло	5	37,4	5	37,4
II Завтрак	Сок фруктовый	150	70,5	180	84,7
Обед	Горошек зелёный с яйцом	40	42	60	63,6
	Свекольник со сметаной	150	70	200	93
	Суфле из рыбы	60	66	80	89
	Пюре картофельное	120	134,4	150	168
	Компот из кураги	150	92	200	123
	Хлеб ржаной	40	86	50	107,5
Полдник	Кефир	180	106		
	Вафли	33	113		
Уплотнённый полдник	Запеканка из творога с яблоками			150	341
	Соус молочный сладкий			50	55
	Чай с лимоном			200	36
	Батон			30	75
	Вафли			40	136,8
Ужин	Сырники из творога	130	191		
	Соус сметанный	30	26,3		
	Компот из яблок и изюма	150	54		
	Батон	15	37,5		
	Фрукты	95	43,7		
Итого за день		1693	1416,3	1835	1777