



Утверждаю
 и.о. Заведующего МКДОУ
 «Детский сад» с.п.Заяково
 Р.Р.Маремкулова

МЕНЮ на 26 декабря

для воспитанников (возрастная категория 3-7)

Неделя 1 ДЕНЬ 5 Завтрак с 8.30-9.00	Овсяная каша молочная	180	9,94	7,48	47,78	307,26	182
	Чай с сахаром	180	-	-	12,20	48,78	376
	Гренки	40	4,48	0,64	21,3	110,3	б/н
Итого за завтрак:		400	14,42	8,12	81,28	466,34	
2 Завтрак 10.00-10.25	Яблоко	100	1,61	0,52	9,48	42,72	89
Итого за 2 Завтрак		100	1,61	0,52	9,48	42,72	
Обед с 12:00- 12:30	Морковь отварная в нарезке	60	1,13	0,06	4,01	26,99	16
	Фасолевый суп со сметаной (или суп «Харчо»)	180	3,99	3,53	17,54	117,89	82
	Тефтели из говядины с подливой	80/30	8,87	9,83	11,71	171	286
	Гречневый гарнир	120	7,46	5,61	35,84	230,45	679
	Компот фруктовый	180	0,14	0,14	21,49	87,84	342
	Хлеб пшеничный	50	4,48	0,64	21,3	110,3	б/н
Итого за обед:		700	26,07	19,81	111,89	744,47	
Полдник с 15:30- 16:00	Суп молочный с макаронами	200	14,28	14,20	28,96	262,2	376
	Хлеб с маслом	50	4,48	12,68	21,4	160	
Итого за полдник:		250	18,76	26,88	50,36	422,2	
Итого за день:		1450	60,86	55,33	253,01	1675,73	