

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 20 "Ручеёк"
А.А.Храмкова

Дата

23 04 24

Меню на 8-й день

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
Завтрак:	Суп молочный с макаронными изд.	150/200	108,9/145,2
	Кофейный напиток с молоком	180	91
	Батон	20	50
Второй завтрак:	Яблоки	95/100	41,8/44
	Зефир	10	3,1
Обед:	Борщ с картофелем	180/200	79/87,8
	Тефтели мясные	110/130	169,7/183,8
	Рагу из овощей	120/150	119,42/149,28
	Кисель из сока натурального	150/180	92,5/111
	Хлеб ржаной	40/50	69,6/87
Полдник:	Какао с молоком	150/180	89,17/107
	Бутерброд с маслом	25/35	85,9/104
	Груши	30/60	13,8/27,6
Ужин:	Салат из картофеля с солёными огурцами	120/150	103,2/129
	Яйцо	40	63
	Оладьи из печени	80/100	153,6/192
	Чай с сахаром	180/200	36,67/44
	Батон	20/30	50/75