



Утверждаю:
 заведующий МАДОУ № 33
 Захарова О.Ю

Ежедневное меню

День: Пятница

Неделя: вторая 10 день

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		БЖУ			к/кал
		Ясли	Сад	белки я/с	жиры я/с	углеводы я/с	
8.00-8.25	Завтрак						
1	Суп молочный с крупой	150	200	2,6/3,1	3,1/3,7	10,6/12,7	81/97,2
3	Батон обогщ .(валетек-8) с сыром	30	40	3,6/4,9	2,1/2,9	10,5/14	78,0/104,0
4	Кофейный напиток с молоком	180	200	2,7/3	2,9/3	12/13,4	80,1/89,0
	Итого за завтрак	360	440				
10.00	2 Завтрак						
	Компот из шиповника	180	180	0,2/0,2	0,08/0,08	15,01/15,0 1	80,1/80,1
	Итого за 2 завтрак						
11.45-12.45	Обед						
1	Суп картофельный с бобовыми	150	180	3,19/3,8	3/3,6	11,8/14,2	88,5/106,2
2	Запеканка катюфельная с отварным мясом говядины и овощами	180	200	11,7/14,1	11,7/14,0	14,8/17,8	213,7/256,5
5	Компот из яблок и изюма	150	180	0,21/0,25	0,01/0,01	13,8/16,6	53,25/63,9
7	Хлеб дарницкий обогщен.(валетек-8)	30	37	2,04/2,51	0,27/0,33	14/17,2	67,8/83,6
8	Хлеб пшеничный обогщ.(валитек-8)	15	20	0,6/0,8	0,16/0,22	4,1/5,5	20,5/27,30
	Итого за обед	525	617				
15.05.- 15.50	Полдник						
1	Сдоба обыкновенная	60	70	5,6/5,6	8,4/8,4	30,7/30,7	223/223
2	Чай	150	200	0,03/0,04	0,01/0,01	6,8/9,1	26,2/35
	Итого за полдник	210	270				