

Утверждаю  
Руководитель МДОБУ д/с \_Верхний Авзян



## Меню

	<b>Завтрак</b>						
	Каша из смеси круп	180	7,41	7,97	27,56	211,6	201
<b>8.30-9.00</b>	Чай с сахаром	180	0	0	9	35,99	282
	Сыр	10	2,19	2,19	0	29,3	
	Хлеб пшеничный	30	1,92	0,36	14,1	66,6	
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>11,52</b>	<b>10,52</b>	<b>50,66</b>	<b>343,49</b>	
	<b>Второй завтрак</b>						
<b>10.3-11.00</b>	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76,35	
	<b>Обед</b>						
<b>12.00-13.00</b>	Салат "Здоровье"	50	0,88	3,06	4,33	48,35	33
	Суп картофельный с лапшой	180	2,18	2,74	14,4	91	59
	ПФ Биточки из говядины	60	8,12	11,25	8,36	167,12	96/2
	Каша перловая рассыпчатая	120	3,74	2,62	26,8	145,71	176
	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	106,91	298
	Хлеб пшеничный	30	1,92	0,36	14,1	66,6	
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>16,94</b>	<b>20,13</b>	<b>94,39</b>	<b>625,69</b>	
	<b>Уплотненный полдник</b>						
<b>15.30</b>	Капуста тушеная с яблоками	150	2,6	5,07	13,47	109,87	144
	Чай с сахаром	180	0	0	9	35,99	282
	Хлеб пшеничный	30	1,92	0,36	14,1	66,6	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,7	90,16	
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>5,8</b>	<b>8,79</b>	<b>50,27</b>	<b>302,62</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1570</b>	<b>38,61</b>	<b>43,19</b>	<b>201,62</b>	<b>1348,15</b>	
<b>день5</b>							