УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МАДОУ

«Верховинский детский

сад № 14 «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_А.АКорчагина

МЕНЮ 1 ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Угл., г. | ЭЦ, ккал | № рецептура |
| ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями  Бутерброд с маслом  Какао с молоком сгущенным  Хлеб ржаной | 200  20/10  200  15 | 5,7  1,8  1,7  0,3 | 5,9  7,1  2,3  0,2 | 19,0  9,9  14,3  5,7 | 152  111  85  26 | №165-2013, Пермь  №1-2004  №694-2004 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 130 | 0,5 | 0,2 | 21,8 | 91 | №518-2013, Пермь |
| ОБЕД: | | | | | | |
| Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным  Рассольник «Домашний» с курицей со сметаной  Рыба запеченная  Овощи припущенные  Компот из свежих плодов  Хлеб ржаной  Хлеб пшеничный | 50  180/15/5  80  150  180  30  30 | 0,8  5,3  16,0  2,2  0,4  0,7  0,6 | 4,0  3,8  6,1  4,0  0,1  0,4  0,3 | 3,6  8,7  7,3  20,3  18,0  11,3  13,2 | 54  90  148  126  75  51  58 | №56-2006 Москва  №135-2004  №131-2004  №377-2004  №524-2004  №508-2013 Пермь |
| ПОЛДНИК: | | | | | | |
| Булочка ванильная  Напиток витаминизированный промышленного производства | 50  200 | 3,4  0,0 | 5,0  0,0 | 29,0  23,5 | 175  94 | №767-2004  №618-2013 Пермь |