УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МАДОУ

«Верховинский детский

сад № 14 «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_А.АКорчагина

МЕНЮ 4 ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Угл., г. | ЭЦ, ккал | № рецептура |
| ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Суп молочный с крупой  Бутерброд с маслом  Яйца вареные  Чай с лимоном  Хлеб ржаной | 200  20/10  40  200  10 | 3,1  1,8  5,1  0,1  0,3 | 4,4  7,1  4,6  0,0  0,1 | 19,0  9,9  0,3  10,5  3,8 | 128  111  63  42  17 | №124-2013  Пермь  №1-2004  №300-2013 Пермь  №686-2004 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Фрукт в ассортименте | 160 | 0,1 | 0,4 | 21,3 | 89 | №458-2006 Моска |
| ОБЕД: | | | | | | |
| Нарезка из свеклы с маслом растительным  Суп картофельный с рыбными фрикадельками  Шницель из говядины  Рис припущенный  Компот из кураги  Хлеб ржаной  Хлеб пшеничный | 50  180/40  70  130  180  30  30 | 0,8  9,1  9,2  2,7  0,5  0,8  0,6 | 4,0  4,5  8,8  3,4  0,0  0,3  0,3 | 3,6  15,1  8,3  22,0  17,1  11,3  13,2 | 54  137  19  129  70  51  58 | №56-2006  Москва  №142-2004  №451-2004  №512-2004  №638-2004 |
| ПОЛДНИК: | | | | | | |
| Мучное изделие промышленного производства  Молоко питьевое кипяченое | 50  200 | 1,8  3,6 | 5,5    6,4 | 24,0  9,4 | 153  118 | №260-2001 Пермь |