УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МАДОУ

«Верховинский детский

сад № 14 «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_А.АКорчагина

МЕНЮ 7 ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Угл., г. | ЭЦ, ккал | № рецептура |
| ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Каша «Дружба»  Бутерброд с маслом  Чай с лимоном  Хлеб пшеничный | 200  20/10  180  20 | 5,5  1,8  0,1  0,4 | 6,7  7,1  0,0  0,2 | 25,8  9,9  10,5  8,8 | 186  111  42  39 | №260-2013, Пермь  №1-2004  №686-2004 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК: | | | | | | |
| Фрукт в ассортименте | 160 | 0,1 | 0,4 | 21,3 | 89 | №686-2004 |
| ОБЕД: | | | | | | |
| Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным  Суп из овощей с мясом со сметаной  Тефтели, запеченные в соусе томатном с овощами  Макаронные изделия отварные  Компот из смеси сухофруктов  Хлеб ржаной  Хлеб пшеничный | 50  180/20/5  80  130  180  20  40 | 0,8  4,4  10,8  2,9  0,3  0,4  0,9 | 4,0  4,1  11,1  2,2  0,0  0,2  0,5 | 3,6  9,0  9,4  29,0  15,2  8,8  15,1 | 54  91  181  147  62  39  69 | №56-2006 Москва  №135-2004  №388-2013 Пермь  №516-2004  №508-213 Пермь |
| ПОЛДНИК: | | | | | | |
| Булочка «Пермская»  Молоко питьевое кипяченое | 50  200 | 2,3  5,8 | 4,3  6,4 | 25,5  9,4 | 150  118 | №554-2013, Пермь  №260-2001 Пермь |