УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МАДОУ

«Верховинский детский

сад № 14 «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_А.АКорчагина

МЕНЮ 20 ДЕНЬ

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Угл., г. | ЭЦ, ккал | № рецептура | |
| ЗАВТРАК: | | | | | | | |
| Суп молочный с крупой  Бутерброд с маслом с сыром  Чай с молоком  Хлеб пшеничный | 200  50  200  20 | 3,1  4,1  1,5  0,4 | 4,4  6,2  1,3  0,2 | 19,0  10,7  11,9  8,8 | 128  115  65  38 | | №164-2013 Пермь  №1;3-2004  №495-2013 Пермь |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК: | | | | | | | |
| Сок в ассортименте | 130 | 0,5 | 0,2 | 21,8 | 91 | №518-2013 Пермь | |
| ОБЕД: | | | | | | | |
| Нарезка из соленых огурцов с маслом растительным  Уха рыбная  Биточки рубленые из птицы припущенные  Капуста тушеная  Компот из изюма  Хлеб ржаной  Хлеб пшеничный | 50  180/50  70  150  180  30  20 | 0,5  5,1  10,9  4,6  0,3  0,7  0,4 | 4,0  7,1  9,1  6,2  0,0  0,4  0,2 | 1,3  15,1  2,9  14,0  14,1  11,3  8,8 | 43  145  137  130  58  52  39 | №14/1-2011 Екатеринбург  №30/2-2011 Екатеринбург  №498-2004    №423-2013 Пермь  №638-2004 | |
| ПОЛДНИК: | | | | | | | |
| Булочка Российская  Молоко питьевое кипяченое | 50  200 | 1,8  5,8 | 2,9  6,4 | 31,0  9,4 | 157  118 | №775-2004  №260-2001 Пермь | |