

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №20 «СВЕТЛЯЧОК»**



СОГЛАСОВАНО:

Заведующий

Г.Ж. Жубатова

Меню на 14 апреля 2021 г.			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая ценность (ккал)
День 6			
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	183,94
	Кукуруза отварная (зерна)	60	107,25
	Какао с молоком	180	126,54
	Бутерброды с джемом или повидлом	53	176,00
2-ой ЗАВТРАК	Соки фруктовые и ягодные	90	43,00
	Мандарин	95	64,30
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с перцем	60	89,24
	Суп с крупой и томатом	200	91,92
	Рыба, тушенная в томате с овощами	140	147,94
	Картофель отварной	150	142,62
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	90,50
	Соки фруктовые и ягодные	150	82,50
ПОЛДНИК	Ряженка	200	100,00
	Коржик молочный	60	239,00
УЖИН	Голубцы ленивые	80/30	110,66
	Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе	130	100,49
	Хлеб пшеничный	40	94,00
	Чай с сахаром	180	52,60
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			2078 (ккал)