

МБДОУ Чановский детский сад № 5

Утверждаю:

заведующий

С.Ю.Нарыгина

МЕНЮ на

16 октября

блюдо	вес		ккал	
завтрак	Я	С	Я	С
Кашиа рисовая	150	200	169	225
на масле				
чай без сахара	150	200	-	-
батон со сметаной	20/5	25/8	80	120
2-ой завтрак				
сок	100	100	38	38
обед				
Салат из св. помидор	40	60	30	44
Свекольник со смет.	150/5	200/2	66	88
Омлет из яиц	50	60	100	128
с картошкой на масле	120	140	103	129
Компот из фруктов	150	200	53	65
хлеб пшеница, укропа	20/20	30/30	85	107
полдник				
Конфеты	20	30	87	116
чай без сахара	150	200	-	-
ужин				
Кашиа кукурузная	180	200	136	237
на масле				
хлеб пшеница	30	40	22	32
фрукты нарезка	180	200	6	7

1025/4400

Калькулятор

Представитель родительской общности