

МЕНЮ Утверждаю: *заведующий МБДОУ*

На **04 апреля**

Завтрак

- 1. Каша манная на молоке – 180г**
(белки-5,2; жиры-5,9; углеводы-26,1; ккал-178,2)
- 2 Кофе с молоком – 180г**
(белки-2,7; жиры-2,2; углеводы-13,1; ккал-83,2)
- 3. Бутерброд с повидлом - 35/20г**
(белки-2,5; жиры-3,93; углеводы-27,6; ккал-156,0)

2-ой Завтрак

- Чай с сахаром – 180г**
(белки-0,2; жиры-0; углеводы-8,2; ккал-33,0)
- Пряник – 40 гр.**
(белки-2,4; жиры-1,9; углеводы-30,0; ккал-146,4)

Обед

- Салат из свеклы с зеленым горошком 50г/10 гр.** (белки- 1; жиры-1,1; углеводы-4,5; ккал-32,3)
- 1. Бульон куриный с гренками – 200г/15г**
(белки-9,3; жиры-1,6; углеводы-33,4; ккал-186,0)
 - 2. Биточки мясные 70г**
(белки-4,98; жиры-5,57; углеводы-6,52; ккал-96,25)
 - 3. Рис отварной – 130г**
(белки-3,1; жиры-4,6; углеводы-31,8; ккал-181,7)
 - 4. Компот из свежих яблок – 180г**
(белки-0; жиры-0; углеводы-39,0; ккал-25,7)
 - 5. Хлеб ржаной – 50г**
(белки-3,0; жиры-0,5; углеводы-21,2; ккал-102)

Уплотненный полдник

- 1. Крендель сахарный– 120г**
(белки-8,5; жиры-16,8; углеводы-66,9; ккал-444,0)
- 2. Чай с сахаром – 180г**
(белки-0,2; жиры-0; углеводы-8,2; ккал-33,0)

МЕНЮ Утверждаю: *заведующий МБДОУ*

(ясли) на **04 апреля**

Завтрак

- 1. Каша манная на молоке – 150г**
(белки-4,3; жиры-4,9; углеводы-21,75; ккал-148,5)
- 2 Кофе с молоком – 150г**
(белки-2,25; жиры-1,8; углеводы-10,9; ккал-69,3)
- 3. Бутерброд с повидлом - 30/15г**
(белки-2,32; жиры-0,2; углеводы-28,7; ккал-124,5)

2-ой Завтрак

- Чай с сахаром – 150г**
(белки-0,17; жиры-0; углеводы-6,8; ккал-27,5)
- Пряник – 40 гр.**
(белки-2,4; жиры-1,9; углеводы-30,0; ккал-146,4)

Обед

- Салат из свеклы с зеленым горошком 30г/10гр.**
(белки- 0,66; жиры-1,3; углеводы-2,9; ккал-25,8)
- 1. Бульон куриный с гренками – 150г**
(белки-6,4; жиры-1,1; углеводы-22,9; ккал-126,8)
 - 2. Биточки мясные 60г**
(белки- 4,27; жиры-4,77; углеводы-5,59; ккал-82,3)
 - 3. Рис отварной – 110г**
(белки-2,6; жиры-3,9; углеводы-26,89; ккал-153,7)
 - 4. Компот из свежих яблок – 150г**
(белки-0,0; жиры-0; углеводы-32,5; ккал-21,45)
 - 5. Хлеб ржаной – 40г**
(белки-2,6; жиры-0,35; углеводы-17,0; ккал-81,6)

Уплотненный полдник

- 1. Крендель сахарный– 100г**
(белки-8,3; жиры-6,8; углеводы-58,5; ккал-327,8)
- 2. Чай с сахаром – 150г**
(белки-0,17; жиры-0; углеводы-6,8; ккал-27,5)