



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 40 «Маячок»

Н.Ю. Петренко/



МЕНЮ-ТРЕНОВАЛКА

15 октября

день

Приём пищи	Ясли		Сал	
	Выход в граммах	Энергетическая ценность Ккал	Выход в граммах	Энергетическая ценность Ккал
Завтрак				
Каша пшеничная	150	162	200	218
Бутерброд с шре, сыр	20/5/7	146	30/5/10	209
Какао	150	64	200	84
Второй завтрак				
Сок	150	97	150	97
Обед				
Суп картофель с рыбой	150	125	200	167
Жаркое по-домашнему*	150	197	200	228
Компот	150	35,9	200	43
Хлеб	45	196	50	217
Полдник				
Рулет с яблоком	60	104	70	131
Салат из капусты	30	25	50	47
Чай с молоком	150	39	200	38
Итого за день		1182,9		1471

Старшая медсестра

Тюль Е.Б.